HARIAN UNTUK UMUM
TERBIT SEJAK 28 JUNI 1965

Pendiri: P.K. Ojong (1920-1980)
Jakob Oetama

MINGGU
5 AGUSTUS 2012

KOMPAS

AMANAT HATI NURANI RAKYAT

TERBIT 34 HALAMAN + KLASIKA
NOMOR 039 TAHUN KE-48
Online: www.kompas.com
E-mail: kompas@kompas.com
Telepon: Redaksi (021) 5347710
Iklan (021) 53679909
Sirkulasi (021) 53679599

Harga langganan Rp 78.000,–
Harga eceran Rp 3.500,–

SURIAH

Pertempuran Baru Pecah di Damaskus

BEIRUT, SABTU — Ledakan besar mengguncang Damaskus, Sabtu (4/8), menandai terjadinya pertempuran baru di ibu kota Suriah itu. Helikopter pemerintah terbang hilir mudik di atas kota, mengantisipasi meningkatnya serangan oposisi yang dikabarkan dipukul mundur oleh pasukan pemerintah, dua pekan lalu.

"Kami mendengar ledakan keras seperti bom sejak subuh. Deru helikopter terdengar di udara," ujar seorang saksi di Damaskus kepada The Associated Press. Saksi tersebut menolak namanya disebut dengan alasan keamanan.

Kantor berita resmi SANA mengatakan, pasukan pemerintah terus memburu sisa "teroris bayaran"—istilah yang digunakan pemerintah untuk pasukan oposisi—di Distrik Tadamon, kawasan permukiman di Damaskus selatan. Sejumlah anggota oposisi menjadi korban dan puluhan orang terluka.

Pertempuran baru itu memperlihatkan, kemenangan yang diklaim pasukan yang setia kepada Presiden Suriah Bashar al-Assad terancam oleh oposisi yang berhasil menyusun kembali kekuatan mereka. Konflik sengit di Damaskus meningkat, terutama setelah bom yang ditanam di ruang rapat Markas Besar Biro Keamanan Nasional di Damaskus menewaskan empat pejabat tinggi, termasuk kakak ipar Assad, 18 Juli lalu.

Pertempuran di Damaskus sempat mereda setelah pasukan oposisi dipukul mundur serta memfokuskan kekuatan mereka untuk menguasai Aleppo, kota perdagangan dan ekonomi terpenting di Suriah. Serangan terus-menerus dari oposisi ini terlihat mulai menguras kekuatan militer Suriah sehingga Assad mengutus Wakil Perdana Menteri Qadri Jamil ke Uni Soviet, sekutu terdekat Suriah, untuk meminta bantuan.

Cadangan dana Pemerintah Suriah, yang saat krisis berawal pada Maret 2011 diperkirakan berjumlah 17 miliar dollar AS, tampaknya mulai menipis. Jamil memimpin delegasi sejumlah menteri Suriah mengunjungi Moskwa selama beberapa hari. Kepada wartawan, Jumat lalu, Jamil mengatakan, mereka mengajukan pinjaman kepada Rusia untuk mengisi kembali kas negara yang menipis, menyusul embargo negara-negara Eropa dan Amerika Serikat terhadap ekspor Suriah.

(Bersambung ke hal 11 kol 5-7)

www.kompas.com

KOMPAS Kring
layanan berlangganan
021-2567 6000
hotline@kompas.com

www.facebook.com/kompasfb
www.twitter.com/hariankompas
www.twitter.com/kompasbreaking

Jadwal IMSAKIYAH 1433 H
untuk Jakarta dan Sekitarnya

TANGGAL	IMSAK	SUBUH	DZUHUR	ASHAR	MAGHRIB	ISYA
5 Agustus	-	-	12.01	15.23	17.57	19.09
6 Agustus	04.34	04.44	12.01	15.22	17.57	19.09

◆ Paula Verhoeven, Kartika, dan Nadila

Model Paula Verhoeven yang tinggal sendiri di apartemen kadang kebablasan tidur ketika waktu sahur tiba. Mau tahu menu sahurnya? "Nasi merah dan sayur. Biasanya saya masak taoge cah, omelet, *mushroom*, ikan bakar, dada ayam *steam* atau bakar." *Mmm*...

Lain dengan pemain sinetron Kartika Putri yang terpaksa makan sahur di studio televisi. Itu saking sibuknya dia *shooting*. "Alhamdulillah, rezekinya mengalir banget. Saya tampil di beberapa acara televisi." Tak kalah sibuk adalah pemain sinetron Nadila Ernesta. Dari pagi hingga petang untuk *shooting* acara komedi Ramadhan di televisi. Namun, mengapa ia takut pada kucing? *Meong*...!

NAMA & PERISTIWA/HAL 24

Triyatno dan Eko Tiba di Tanah Air

KOMPAS/AGUS SUSANTO

Lifter putra Indonesia, Triyatno (kiri) dan Eko Yuli Irawan, tiba di Bandara Soekarno-Hatta, Banten, Sabtu (4/8). Triyatno mempersembahkan medali perak kelas 69 kilogram, sedangkan Eko meraih medali perunggu kelas 62 kilogram dalam ajang Olimpiade 2012 di London. **Berita di halaman 11**

Genset Terbakar, Tujuh Tewas

Januari-Juli 2012, Tercatat 41 Jiwa Korban Kebakaran

SEMARANG, KOMPAS — Rumah milik Yayasan Kematian Budi Kasih di Jalan Tirtoyoso IX Nomor 5, Kelurahan Rejosari, Kecamatan Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah, ludes terbakar, Sabtu (4/8) pukul 13.45. Tujuh penghuni rumah, termasuk 2 anak berusia di bawah lima tahun, tewas terbakar.

Korban meninggal adalah Lusiana (51), Vini (34), Gabriel (9 bulan), Gio (2), serta tiga perawat anak bernama Tari, Desi, serta Rafiah. Petugas dari Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kota Semarang menemukan lima korban di kamar mandi di belakang rumah dalam posisi berangkulan. Dua korban lainnya ditemukan tak jauh dari kamar mandi.

Tragedi di Semarang ini menambah panjang deretan peristiwa kebakaran yang menelan jiwa di negeri ini. Pada periode Januari-Juli 2012 saja Litbang *Kompas* mencatat terjadi 32 kebakaran relatif besar yang menimpa pasar, pertokoan, perumahan, dan tempat usaha. Sebanyak 41 orang tewas dalam berbagai kejadian itu.

Korban di Semarang hari Sabtu itu tercatat merupakan yang terbanyak. Tujuh orang tewas juga tercatat dalam kebakaran rumah toko di Jalan Putri Hijau, Medan, Sumatera Utara, 7 April.

Tempat merangkai bunga

Menurut Ny Hadi Tunggono (60), yang tinggal di dekat lokasi kejadian, rumah yang terbakar adalah milik Andriyanto Susetyo (60) dan Lusiana. Rumah itu selama ini menjadi tempat merangkai bunga bagi Yayasan Kematian Budi Kasih.

Saat kejadian, Lusiana berada di rumah bersama anaknya, Vini; dua cucunya, Gabriel dan Gio; serta tiga perawat anak. Sekitar pukul 11.00, lampu padam dan seorang perawat anak keluarga itu menyalakan genset yang berada di depan rumah.

"Sekitar pukul 13.45, kami terkejut karena ada api yang berkobar dan membesar dari ruang genset. Warga segera keluar untuk memadamkan api, tetapi tidak kunjung padam. Apinya cukup besar," papar Ny Hadi.

Ny Hadi menuturkan, sekitar 30 menit kemudian petugas pemadam kebakaran datang. Mereka, dibantu warga, berusaha memadamkan api selama satu jam.

Sekitar pukul 15.30, petugas pemadam kebakaran dan BPBD Kota Semarang bisa memasuki rumah yang ludes terbakar itu. Mereka juga memindahkan jenazah korban. Jenazah korban dibawa ke Rumah Sakit Citarum Panti Wilasa, Semarang.

Beberapa menit setelah pemindahan, Tim Olah Tempat Kejadian Perkara Polrestabes Semarang mendatangi lokasi. Tim mengumpulkan sejumlah barang bukti selain juga masih menemukan sisa jenazah korban.

Kepala Polrestabes Semarang Komisaris Besar Elan Subilan mengatakan, kebakaran itu masih dalam penyelidikan polisi.

(Bersambung ke hal 11 kol 5-7)

FENOMENA BUDAYA

Bukber, Kemeriahan Milik Semua

Buka bersama alias bukber di Jakarta bisa di mana saja. Bisa di salon sambil disuguhi demonstrasi suntikan botoks. Bisa juga sambil berbagi dengan anak yatim. Pebisnis sampai politisi pun menggunakan peluang bukber untuk urusan mereka.

OLEH NUR HIDAYATI

Kantuk yang menggelayuti mata sore itu sirna ketika menonton dr Olivia Ong yang cantik itu meliuk-liukkan jarum suntik tumpul di balik kulit wajah pasiennya, Lia (41). Jarum tumpul itu menyuntikkan botoks ke bagian wajah yang sudah diolesi krim bius.

Baca Juga soal Kehidupan
Paket "Ngabuburit" dari Resto sampai Bioskop HAL 13

Sore itu Olivia menyiapkan jamuan bukber untuk relasi dan pasiennya sambil memperkenalkan teknik injeksi terbaru dari Swiss dan Hongkong. Acara demonstrasi penyuntikan selama sekitar setengah jam itu disambung dengan presentasi tentang rahasia kecantikan dengan botoks, sampai waktu berbuka puasa pun tiba.

Mira, pasien lain yang juga baru disuntik dengan botoks, mengatakan bukber jadi momen pas untuk bersilaturahim dengan dokter kecantikannya. "Kebersihan dan kecantikan harus selalu dijaga sebagai pemberian Allah. Kita memanfaatkan ilmu yang ada," kata Mira, calon istri seorang kepala polres itu.

Bukber juga bisa dikemas jadi

(Bersambung ke hal 11 kol 1-4)

KOMPAS/WAWAN H PRABOWO

Para artis Ibu Kota, antara lain (dari kiri) Kristina, Iis Dahlia, Edies Adelia, dan Jenny Rachman, mengikuti kegiatan buka bersama dengan anak yatim piatu dan duafa di Hotel Crowne Plaza, Jakarta, Kamis (26/7). Kegiatan yang dimotori Yayasan Jiwa Ramah Sesama tersebut setidaknya diikuti oleh 500 anak yatim piatu dan duafa.

Menteri Koordinator Polhukam Djoko Suyanto menggelar konferensi pers di Gedung Kemenko Polhukam, Jakarta, terkait perkembangan kasus korupsi di Korps Lalu Lintas Polri, Sabtu (4/8). Djoko Suyanto menekankan agar KPK dan Polri menghindari sengketa terkait penyidikan kasus tersebut.

KOMPAS/RIZA FATHONI

Mahfud: Sudah Jelas

Nota Kesepahaman Tak Bisa Jadi Dasar Hukum

JAKARTA, KOMPAS — Ketua Mahkamah Konstitusi Mahfud MD mengatakan, semua pendapat hukum mengenai "rebutan" kewenangan antara Polri dan Komisi Pemberantasan Korupsi dalam menangani kasus dugaan korupsi pengadaan alat simulasi mengemudi di Korps Lalu Lintas Polri telah dikeluarkan. Kesimpulan dari semua pendapat itu pun sudah jelas.

"Sekarang tinggal niat baik saja. Apakah kita mau berantas korupsi atau tidak," kata Mahfud di Jakarta, Sabtu (4/8), tanpa merinci lebih lanjut.

Mahfud mengatakan, karena masalah rebutan antara KPK dan Polri itu berpotensi diperkarakan di MK, ia dan para hakim tidak boleh banyak berkomentar.

Kalangan pengamat dan pakar hukum berpendapat, kewenangan penanganan kasus dugaan korupsi diatur dalam Undang-Undang Nomor 30 Tahun 2002 tentang KPK. Namun, Polri berpendapat bahwa mereka bekerja berdasarkan nota kesepahaman antarlembaga penegak hukum. Karena itu, Polri tetap akan melanjutkan penyidikan kasus tersebut.

Kemarin, Wakil Ketua KPK Bambang Widjojanto juga menegaskan, KPK tak akan mundur selangkah pun dalam menyidik kasus tersebut. "Saya tetap dalam posisi awal. KPK menangani penyelenggara negara. Saya ingat betul, saya gunakan istilah penyelenggara negara harus ditangani oleh KPK," katanya.

Dasar hukum

Secara terpisah, pakar hukum dari Universitas Indonesia, Ganjar Laksmana Bondan, mengatakan, nota kesepahaman atau *memorandum of understanding* antarlembaga penegak hukum tidak bisa dijadikan dasar hukum bagi polisi untuk menangani kasus dugaan korupsi proyek pengadaan alat uji mengemudi. Kesepahaman tidak memiliki konsekuensi hukum apa pun.

"Kalau diadu antara MOU dengan undang-undang, tentu MOU tersingkir," katanya.

Ganjar menjelaskan, MOU hanyalah kesepahaman antara para pihak. Dalam kaitan dengan kasus ini adalah kesepahaman antartiga lembaga penegak hukum, yakni KPK, kepolisian, dan kejaksaan. MOU tidak ada konsekuensi hukum apa pun.

Dalam hal ini, katanya, KPK mempunyai dasar lebih kuat untuk mengambil alih penanganan perkara, yaitu berdasarkan UU Nomor 30 Tahun 2002. KPK juga mempunyai fungsi koordinasi dan supervisi dalam pemberantasan korupsi. Jika koordinator turun tangan, lembaga penegak hukum lain harus menghentikan penanganan perkara.

Secara terpisah, Menko Polhukam Djoko Suyanto mengatakan, polemik antara KPK dan Polri sudah tak sehat. Seharusnya, KPK dan Polri bekerja sama dengan sinergi. "Fokusnya adalah pemberantasan korupsi, bukan siapa yang berhak," kata dia.

Menurut Djoko, dalam laporan yang ia terima terkait pertemuan koordinatif, telah ada kesepakatan pembagian kerja kedua lembaga tersebut. Dari kesepakatan itu diharapkan keduanya melaksanakan tugas dan fungsi masing-masing. "Kesepakatan itu sudah barang tentu ada dasar hukumnya," katanya.

Djoko mengatakan, dalam komunikasi dengan Kepala Polri Jumat malam, ia meminta agar ada pertemuan kembali antara KPK dan Polri. Djoko mengatakan, ia tidak berkomunikasi langsung dengan Ketua KPK.

Kepala Biro Penerangan Masyarakat Polri Brigjen (Pol) Boy Rafli Amar mengatakan, Kepala Polri akan bertemu dengan pimpinan KPK minggu depan. Pertemuan itu untuk koordinasi kedua lembaga. (EDN/BIL/NTA)

Lihat Video Terkait "Menkopolhukam soal KPK dan Polri" di vod.kompas.com/djokokpkpolri

BANJIR DI AMBON

Pembersihan Butuh Waktu Seminggu

AMBON, KOMPAS — Pembersihan di kawasan yang terkena banjir di Kota Ambon, Maluku, baru tuntas dalam seminggu ke depan. Pembersihan itu tak mudah dilakukan karena banjir pekan lalu meninggalkan timbunan lumpur tebal dan sampah kayu dari bangunan, sisa dari bangunan yang diterjang banjir.

Pembersihan di daerah yang terkena banjir, Sabtu (4/8), terus dilakukan, seperti terlihat di kawasan Batu Merah, Lorong Kadewatan, dan Hative Kecil. Warga dibantu anggota TNI bergotong-royong membersihkan material sisa banjir. Di tepi jalan di wilayah itu terlihat sampah kayu menumpuk menanti diangkut truk sampah.

Wakil Wali Kota Ambon Sam Latuconsina memperkirakan daerah yang terkena banjir dapat tuntas dibersihkan dalam waktu seminggu. Waktu yang lama ini dibutuhkan, sebab beratnya kerusakan yang ditimbulkan oleh banjir. "Petugas kebersihan bersama TNI dan warga sudah bergotong royong," katanya.

Pembersihan diupayakan lekas dituntaskan untuk mencegah penyakit yang biasa timbul pascabencana. "Sanitasi lingkungan sangat penting untuk mencegah korban banjir terserang penyakit," kata dr Herry dari Posko Kesehatan Daerah Militer XVI/Pattimura. Sejak Kamis lalu TNI memberikan bantuan pelayanan kesehatan bagi korban banjir.

Herry mengakui, korban banjir mulai terserang penyakit. Sedikitnya 150 warga berobat ke posko kesehatan karena gangguan beragam penyakit, terutama demam, flu, dan batuk. "Ada yang terserang diare pula. Pasokan air bersih terbatas. Sumur yang digunakan warga pun tercemar banjir," tambahnya.

Ketua Pusat Studi Lingkungan Universitas Pattimura, Ambon, Abraham Tulalessy, menuturkan, banjir dan longsor sering terjadi di Ambon sebagai akibat alih fungsi kawasan resapan air di perbukitan menjadi permukiman. Kondisi ini marak terjadi pasca konflik di Ambon tahun 1999.

"Ini harus diantisipasi, antara lain dengan membangun sumur resapan di perbukitan. Kawasan resapan air yang masih tersisa juga harus dilindungi," katanya.

33 korban jiwa

Di Jakarta, Kepala Pusat Data, Informasi, dan Hubungan Masyarakat Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), Sutopo Purwo Nugroho, Sabtu, menuturkan, BNPB mencatat dalam periode 1 Januari-4 Agustus 2012 korban tewas akibat banjir dan longsor di Ambon mencapai 33 jiwa. Pemerintah daerah pun diminta memprioritaskan program pencegahan dan penanggulangan bencana.

Menurut Sutopo, secara geografis wilayah Ambon rentan bencana. Keberadaan topografi dan geomorfologi Ambon sebagai bagian dari pulau busur vulkanis. Tercatat 73 persen wilayah Ambon berlereng terjal dengan kemiringan di atas 20 derajat. (APA/ICH)

FESTIVAL

"Permata di Tengah Danau" Terbaik

DENPASAR, KOMPAS — Film berjudul *Permata di Tengah Danau* menjadi yang terbaik dari lima karya pilihan Dewan Juri Festival Film Dokumenter Bali tahun 2012. Dewan Juri menilai film karya Andi Hutagalung (Sumatera Barat) itu kuat dalam isi dan gagasan, yang sesuai dengan tema festival, yaitu Kebersamaan di Tengah Keragaman.

Film itu mengungguli empat nominasi dari 11 karya pilihan juri, yakni *Leng Apa Jengger* (Jawa Tengah), *Subak Pancoran*, *Made Taro Benteng Terakhir Permainan Traditional Bali*, dan *Burdah*, ketiganya dari Bali. Selain itu, Dewan Juri memilih film *Bali-Heaven on Earth* karya Ivander Aditya (Surabaya, Jawa Timur) untuk mendapat penghargaan tertinggi dalam bidang intensitas penggunaan teknologi atau olah teknik.

Wakil Wali Kota Denpasar, Bali, IGN Jayanegara, menyerahkan hadiah piala dan uang tunai Rp 20 juta kepada pemenang, usai diumumkan di Sanur Beach Hotel, Sabtu (4/8) malam. Nominator juga mendapatkan hadiah uang.

Ketua Dewan Juri, Slamet Rahardjo, yang juga sutradara film, mengakui karya film dokumenter yang dikirim peserta meningkat kualitasnya. "Makin bertambah tahun, peserta semakin memiliki kualitas dan pemahaman arti film dokumenter," katanya.

Slamet Rahardjo berharap pula penyelenggaraan festival film dokumenter di Denpasar mampu menginspirasi daerah lain. Inspirasi itu penting, terutama untuk membangkitkan pembuatan film dokumenter di Nusantara.

Festival ini diadakan Arti Foundation dan Pemerintah Kota Denpasar. Sebanyak 20 film dokumenter dari Bali, Sumatera, dan Jawa sebagai peserta. Selain Slamet Rahardjo, dewan juri, adalah Lawrence Blair, Rio Helmi, I Made Bandem, dan I Gede Putu Wiranegara. Festival ini bertujuan untuk membangkitkan minat masyarakat dan siswa sinema untuk mendokumentasikan apa pun di sekitarnya.

Andi Hutagalung mengaku tak menyangka menjadi yang terbaik dalam festival itu.

Festival Bir di Berlin

Dari Berlin, Jerman, wartawan *Kompas* **Irma Tambunan** melaporkan, Festival Bir, yang adalah kegiatan tahunan di kota itu, Jumat, kembali digelar. Ratusan warga memadati Jalan Karl Marx Alle, tempat festival itu digelar. Warga bisa menikmati beragam merek bir dari 88 negara yang ikut dalam kegiatan yang dinamai Internationales Berliner Bier Festival 2012 itu.

Festival Bir tahun ini adalah yang ke-16. Festival berlangsung hingga hari Minggu ini. Di sepanjang 1 kilometer, 180 jenis bir dalam 2.000 variasi dari berbagai negara ditampilkan. (AYS)

Buka Bersama Gubernur

KOMPAS/P RADITYA MAHENDRA YASA

Pemimpin Redaksi Harian "Kompas" Rikard Bagun (kiri) memberikan kenang-kenangan buku kepada Gubernur Jawa Tengah Bibit Waluyo dalam acara buka bersama yang diselenggarakan Kompas Gramedia bersama Muspida Jawa Tengah di Hotel Santika Premiere, Kota Semarang, Jawa Tengah, Sabtu (4/8).

BANJIR KOREA UTARA

Korban Bertambah Jadi 169 Orang

SEOUL, SABTU — Korban tewas akibat banjir bandang yang melanda Korea Utara beberapa waktu terakhir ternyata jauh lebih banyak dari yang diberitakan sebelumnya. Kantor berita Pemerintah Korut KCNA, Sabtu (4/8), mengumumkan, sebanyak 169 orang tewas dan 400 warga lainnya belum ditemukan.

Disebutkan, hujan deras yang menimbulkan banjir pada pekan terakhir Juni hingga akhir Juli itu membuat 212.000 orang kehilangan tempat tinggal. Rumah warga hanyut tersapu banjir, atau terendam dalam waktu lama sehingga tak bisa dihuni.

Secara lebih rinci, KCNA mengabarkan lebih dari 8.600 rusak terhantam banjir. Sebanyak 43.770 terendam dan lebih dari 1.400 bangunan sekolah, rumah sakit, dan pabrik hancur.

Sebelumnya, media pemerintah memberitakan korban tewas sebanyak 119 orang. Tak kurang dari 84.000 terpaksa mengungsi, dan lebih dari 45.370 hektar lahan pertanian terendam. Ternyata, luas ladang dan lahan pertanian yang hancur mencapai 65.280 hektar. Akibatnya, tanaman pangan siap panen yang menjadi andalan utama penduduk hancur berantakan, dan memperparah krisis pangan di negeri itu.

Turun tangan

Perserikatan Bangsa-Bangsa pun turun tangan. Segera setelah Pemerintah Korut menyampaikan keadaan darurat pangan dan membutuhkan bantuan. PBB lewat Program Pangan Dunia (WFP) kemarin mengumumkan, bantuan pangan darurat tahap pertama siap dikirimkan.

PBB telah mengirimkan misi khusus untuk meninjau wilayah yang paling parah terdampak banjir. Dari survei itu, bahan pangan yang paling dibutuhkan karena kegagalan panen adalah jagung, kacang kedelai, dan beras.

Bantuan awal WFP menyediakan jatah berupa jagung seberat 400 gram per hari kepada korban banjir untuk kebutuhan selama 14 hari. Bantuan itu terutama diberikan pada wilayah yang paling terdampak oleh banjir, seperti Anju dan Songchon di Privinsi Pyongan Selatan, dan Chonnae di Provinsi Kangwon.

WFP juga menekankan, ribuan keluarga sangat membutuhkan air minum dan air bersih untuk mencegah menyebarnya penyakit. Sumur air milik warga telah terkontaminasi kotoran, menimbulkan kecemasan merebaknya wabah diare. Banjir juga menghancurkan sumber air bersih dan stasiun pompa yang menyalurkan air ke permukiman.

Misi PBB ini menyebutkan, 50.000 keluarga membutuhkan tablet untuk memurnikan air, atau upaya lain untuk mendapatan air bersih. Badan dunia untuk anak-anak, Unicef, telah memesan 10 juta tablet pemurni air bersama kebutuhan lain. Laporan WFP juga menyebutkan, rumah sakit sangat membutuhkan bantuan obat-obatan dan cairan infus untuk merawat korban. Rumah sakit di Chonnae sudah menghadapi peningkatan pasien yang terkena diare.

"Secara umum, kecuali kebutuhan itu dipenuhi, peningkatan jumlah penderita diare, penyakit kulit, dan penyakit saluran pernapasan pasti sulit dicegah," ujar misi PBB dalam laporan mereka. (AFP/REUTERS/AFP/WAS)

NUSANTARA

3.900 Butir Diamankan

Telur Penyu Akan Diselundupkan

BENGKAYANG, KOMPAS — Polisi Kehutanan Balai Konservasi Sumber Daya Alam Kalimantan Barat, Sabtu (4/8), menggagalkan penyelundupan 3.900 butir telur penyu dari Indonesia ke Negara Bagian Sarawak, Malaysia. Telur penyu itu dibawa menggunakan truk dari Pemangkat, Kabupaten Sambas, Kalimantan Barat.

Menurut Kepala Balai Konservasi Sumber Daya Alam (BKSDA) Kalbar Johan Utama Perbatasari, asal telur penyu itu masih diselidiki. Ada dua kemungkinan telur penyu itu berasal dari habitatnya di pesisir Kabupaten Sambas atau dari pesisir Kepulauan Riau.

Petugas mengamankan telur penyu itu dari pemiliknya bernama Ny Syarifah Rusidah (50), warga Pemangkat, Sabtu dini hari. Telur itu diangkut memakai truk dengan nomor polisi KB 8833 CL dari Pemangkat menuju perbatasan Indonesia dan Malaysia di Jagoi Babang, Kabupaten Bengkayang. Dari Jagoi Babang rencananya telur penyu itu akan diselundupkan melalui Pasar Serikin, Sarawak, Malaysia.

Kepala Seksi Konservasi Wilayah III Singkawang Parsaoran Samosir mengungkapkan, penyelundupan itu digagalkan melalui operasi gabungan yang melibatkan Pos Karantina Ikan, Stasiun Pengawasan Sumber Daya Kelautan dan Perikanan (PSDKP), serta Polsek Jagoi Babang.

"Sekitar satu bulan kami mengumpulkan informasi mengenai upaya penyelundupan telur penyu ke Malaysia. Dalam lima hari terakhir, anggota Polhut mengintai pelaku dan akhirnya bisa menangkapnya serta mengamankan barang bukti," katanya.

Pelaku penyelundupan, lanjut Samosir, masih akan dimintai keterangan sebagai saksi secara intensif oleh penyidik. Namun, tak tertutup kemungkinan pelaku ditetapkan sebagai tersangka. Pelaku diduga melanggar Undang-Undang Nomor 5 Tahun 1990 tentang Konservasi Sumber Daya Alam Hayati dan Ekosistemnya.

Diakui Kepala PSDKP Pontianak Bambang Nugroho, beberapa kali Jagoi Babang akan digunakan untuk menyelundupkan telur penyu asal Indonesia ke Malaysia. Tahun 2011, PSDKP pernah menggagalkan penyelundupan sekitar 3.400 butir telur penyu ke Malaysia, juga melalui Jagoi Babang.

Pelaku penyelundupan telur penyu memilih Jagoi Babang sebagai pintu keluar dari Indonesia karena aksesnya mudah, terutama pada Sabtu dan Minggu. Pemerintah Negara Bagian Sarawak, Malaysia, membuka pasar tradisional di Serikin, Sarawak, setiap hari Sabtu dan Minggu.

Sebagian besar penjual di Pasar Serikin itu adalah warga negara Indonesia. Pedagang asal Indonesia itu umumnya masuk ke Sarawak melalui Jagoi Babang pada Jumat malam atau Sabtu dini hari. Saat itulah, pelaku penyelundupan memanfaatkan kelengahan petugas yang seharusnya mengawasi warga Indonesia dan Malaysia yang lalu-lalang.

Di Kalbar, Jagoi Babang adalah pintu perlintasan perbatasan Indonesia dan Malaysia, selain Entikong dan Aruk. (AHA)

TRADISI RAMADHAN

Bubur Banjar, Ketulusan yang Rekatkan Persatuan

Subadi (45) memijat pelan tangan kirinya yang dipenuhi bilur-bilur merah, bekas kerokan. Mengerok lengan ia lakukan untuk mengurangi rasa capek, setelah dua minggu bersama lima rekannya membuat bubur gurih yang disebut bubur banjar. Tradisi pembuatan bubur banjar sebagai menu buka puasa di Masjid Darussalam, Solo, Jawa Tengah, sudah dimulai sejak tahun 1930.

Setiap hari tidak kurang dari 40 kilogram (kg) beras diolah menjadi bubur. Selama 2,5 jam pertama sejak dimasukkan ke dalam air dalam dandang setinggi 1 meter, beras harus terus diaduk agar tidak gosong dan berbau sangit. Subadi bergantian dengan rekannya mengaduk dengan bilah kayu panjang. Membuat bubur sudah dimulai selepas shalat dzuhur dan selesai menjelang ashar.

Subadi membantu pembuatan bubur ini sejak tahun 1988, kala ia masih duduk di bangku SMP. Saat itu, sebagai anak muda yang masih bertenaga kuat, ia merasa memiliki kewajiban membantu para tetua yang membuat bubur.

Selain Subadi, ada kaum ibu yang setia mengupas bumbu dapur, seperti bawang putih, bawang bombai, bawang merah, daun bawang, kunyit, laos, dan wortel. Ada pula yang menumbuk rempah, seperti lada, adas, kapulaga, jintan, ketumbar, kemiri, serai, jahe, dan pala. Ada pula yang membuat kaldu dari rebusan daging sapi dan memarut kelapa untuk dijadikan santan. Semua berbekal ketulusan, karena sukarela dan tak dibayar. Racikan bumbu dimasukkan dalam dandang berisi beras.

"Jika ada sisa anggaran, pasti kami berikan untuk mereka yang membantu membuat bubur ini. Namun, pada dasarnya mereka bekerja sukarela," kata Ketua Takmir Masjid Darussalam HM Rosyidi Muhdor (66).

Menurut Rosyidi, anggaran pembuatan bubur banjar selama bulan Ramadhan ini mencapai Rp 40 juta. Angka ini belum termasuk biaya gas dan bumbu sebesar Rp 550.000 per hari. Setiap pembuatan bubur banjar menghabiskan dana Rp 1,5 juta per hari. "Alhamdulillah, banyak donatur yang ingin menyumbang. Ada yang memberikan beras, kurma, atau dalam bentuk uang. Selain dari jemaah di sini, juga dari dermawan lain yang simpati dengan kegiatan ini," kata Rosyidi di Solo, pekan lalu.

KOMPAS/SRI REJEKI

Dua orang pria membagikan bubur gurih yang disebut bubur banjar kepada warga yang menginginkan, Kamis (2/8). Tradisi berbuka puasa dengan bubur banjar sudah ada sejak tahun 1930 oleh jemaah Masjid Darussalam di Jayengan, Serengan, Solo, Jawa Tengah. Tradisi ini diawali oleh perantau asal Kalimantan yang berdagang emas berlian dan bermukim di Kampung Jayengan, Solo. Pembagian bubur banjar itu sekaligus melambangkan ketulusan dan indahnya persaudaraan.

Dari berbagai daerah

Masjid Darussalam menyajikan kurma, bubur, dan kopi susu untuk menu buka puasa. Dari 900 porsi yang dihasilkan dari 40 kg beras, 700 porsi dibagikan kepada masyarakat yang datang selepas ashar dengan membawa mangkuk, rantang, kotak plastik, hingga termos nasi. Mereka tidak hanya dari lingkungan sekitar, namun juga dari daerah lain, seperti Kabupaten Sukoharjo, Boyolali, dan Karanganyar.

Dita (23), warga Kecamatan Laweyan, Solo, mengaku sudah sejak kecil mencicipi bubur banjar yang dibawa sang kakek yang memiliki darah Banjar dan kerap mengunjungi rekannya di sekitar Masjid Darussalam. "Rasanya khas, enak, dan hanya ada di bulan puasa. Karena itu, saya selalu menyempatkan datang ke sini meminta bubur," kata Dita, yang petang itu bisa membawa tiga kotak plastik berisi bubur.

Bubur banjar rasanya gurih, karena selain menggunakan kaldu dari daging dan tulang sapi, juga diberi santan, susu, dan minyak samin. Bubur ini aroma dan rasanya juga hangat karena memakai aneka rempah. Tidak heran, jika banyak orang ketagihan setelah mencicipi bubur ini. Sifat bubur yang cair juga membuat perut tidak kaget, namun cukup memberikan rasa kenyang sebagai bekal melaksanakan ibadah shalat maghrib, isya, dan mengikuti tarawih.

"Awalnya buka puasa dengan bubur banjar ini hanya sekadar acara internal jemaah masjid sini. Namun seiring waktu, semakin disukai masyarakat. Sejak tahun 1985 kami mulai membagikan bubur kepada masyarakat. Memberikan makan kepada orang yang berpuasa itu pahalanya seperti orang yang berpuasa," kata Rosyidi lagi.

Selain untuk membantu orang yang berpuasa agar bisa berbuka dengan segera, bubur banjar juga menjadi pengikat kerukunan bagi warga sekitar.

Menjelang maghrib, masjid ini selalu didatangi lebih dari 200 orang yang ingin berbuka. Mereka selain warga sekitar, juga sebagian adalah musafir. Mereka menikmati gurih dan hangatnya bubur banjar, sehangat ketulusan yang berpadu dalam bubur dan bumbu di dalamnya, dari pembuat bubur serta penderma yang menyumbangkan uangnya.

Masjid Darussalam berdiri tahun 1965. Semula berupa langgar yang dibangun tahun 1910.

Masjid di Kampung Jayengan Tengah, Kelurahan Jayengan, Kecamatan Serengan, Solo, ini dibangun oleh perantau asal Kalimantan yang berdagang emas dan berlian di Solo. Seiring waktu, mereka menikah dengan warga setempat dan terjadi percampuran dengan warga Jawa dan lainnya. (SRI REJEKI)

METROPOLITAN

KOTAK SURAT

Kotak Baja, Pengganti Alamat Asli

Kotak itu hanya berukuran sekitar kertas folio. Tapi terbuat dari baja. Di dalam kotak ini, surat-surat ke alamat pengirim tersimpan. Pemilik alamat cukup membayar Rp 120.000 setahun untuk sewa kotak. Itulah kotak surat yang masih diminati hingga kini.

Jejeran kotak pos—atau akrab juga disebut PO Box, akronim *post office box*—terlihat di setiap kantor pos. Di Delivery Center (DC) Jakarta Pusat yang terletak di kantor pos ibu kota Jakarta, ada 5.000 kotak pos berderet-deret di bagian bawah.

"Saat ini, sekitar 4.500 kotak pos terisi," ujar Kepala PT Pos Indonesia Delivery Center Jakarta Pusat Dadang Hartono.

Kotak pos ini diletakkan di area terbuka yang mudah terjangkau setiap orang. Dengan begitu, penyewa bisa membuka kotak pos mereka kapan pun.

Setiap kotak terdiri atas empat angka yang merupakan "alamat" kotak itu. Selain kombinasi empat angka itu, pengirim surat juga perlu menuliskan nama wilayah dan kode pos tujuan untuk memudahkan pendistribusian surat.

Selain kotak pos standar, ada juga kotak pos khusus dengan alamat yang sesuai dengan keinginan penyewa. Berbeda dengan kotak pos standar, kotak pos khusus ini tidak harus beralamatkan kombinasi empat angka, tetapi bisa digantikan dengan nama penyewa atau nama perusahaan.

Keunggulan lain kotak pos khusus adalah alamatnya yang baru dan bukan "warisan" penyewa sebelumnya. Hal ini berfungsi untuk meminimalkan surat-surat "nyasar". Tentu saja, tarif kotak pos khusus ini berbeda dari yang standar yakni Rp 500.000 per tiga bulan atau Rp 1,2 juta per tahun.

HANDINING

Keamanan kotak juga terjamin. Selain karena bahannya yang terbuat dari baja, kunci kotak surat ini hanya ada dua. Satu dipegang oleh penyewa, dan satu lagi dipegang oleh petugas kantor pos. Bila penyewa kotak pos tidak memperpanjang kontrak, maka kunci kotak ini akan diganti dengan yang baru. Hal ini demi mencegah duplikasi kunci dari penyewa lama. Biaya kunci Rp 30.000 dibebankan kepada penyewa.

Tidak hanya itu. Pelayanan bagi penyewa kotak pos juga diberikan bila ada alamat-alamat yang "banjir" kiriman surat. Biasanya, perusahaan yang tengah membuka lowongan pekerjaan atau penyelenggara kuis, akan menerima banyak kiriman surat. Kalau sudah begini, pihak kantor pos menyediakan tambahan tempat atau penyimpan antara, untuk menyimpan surat-surat yang tidak tertampung di kotak pos.

Keunggulan kotak pos ini banyak dimanfaatkan terutama oleh perusahaan, termasuk BUMN. "Banyak perusahaan yang membuka lowongan kerja, memanfaatkan kotak pos untuk mencegah adanya pelamar yang terus-menerus mendatangi kantor mereka. Ada juga perorangan yang tidak ingin alamat aslinya diketahui," ujar Dadang.

Namun, PT Pos selalu meminta identitas penyewa kotak surat. Dalam surat perjanjian, tertera juga apakah PT Pos diperkenankan membuka identitas penyewa tersebut atau tidak. (ART)

Penetapan DPT Tambahan Khusus

KOMPAS/WISNU WIDIANTORO

Komisi Pemilihan Umum Provinsi DKI Jakarta menggelar Rapat Pleno Penetapan Daftar Pemilih Tetap (DPT) tambahan khusus untuk Pemilu Kepala Daerah DKI Jakarta Putaran 2 di Kantor KPUD DKI Jakarta, Sabtu (4/8). DPT tambahan ini akan ditetapkan pekan depan. Rapat dipimpin oleh Ketua Komisi Pemilihan Umum Provinsi DKI Jakarta Dahliah Umar.

PERUNDUNGAN DON BOSCO

Penganiaya Ditangguhkan Penahanannya

JAKARTA, KOMPAS — Enam pelajar kelas III SMA Don Bosco, Jakarta, yang menjadi tersangka kasus penganiayaan tujuh pelajar adik kelasnya, mendapat penangguhan penahanan dari penyidik Polres Metro Jakarta Selatan. Para tersangka tersebut dikembalikan ke pihak sekolah untuk penghukuman administratif selanjutnya.

"Mereka ditangguhkan penahanannya sore ini juga. Kami kembalikan ke pihak orangtua dan sekolahnya. Kedepannya, kalau dari pihak korban melayangkan pencabutan perkara, akan kami analisa," kata Kepala Polres Metro Jakarta Selatan Komisaris Besar Imam Sugianto, Sabtu (4/8) sore.

Imam baru saja menghadiri mediasi yang difasilitasi Kepala Polda Metro Jaya Irjen Untung S Rajab, untuk menangani kasus tersebut selanjutnya. Mediasi ini dihadiri para tersangka dan keluarganya, para korban dan keluarganya, pihak SMA Don Bosco, Komnas Perlindungan Anak, KPAI, dan para penyidik kasus tersebut.

Menurut Imam, para pihak dari korban maupun tersangka sudah saling memaafkan, tidak boleh arogansi karena semuanya anak kita bersama yang harus dibina bersama. "Perkara ini akan ditindaklanjuti proses administrasi pembinaannya di sekolah," katanya.

Kepala Bidang Humas Polda Metro Jaya Komisaris Besar Rikwanto menambahkan, penyidik mengabulkan permohonan penangguhan penahanan yang diajukan para orangtua tersangka, antara lain karena para tersangka masih pelajar, memiliki masa depan baik, agar tidak traumatik, kooperatif, yang berperkara saling memaafkan, dan ada jaminan dari sekolah untuk menerapklan sanksi administratif pada para pelaku.

"Jadi ini adalah penangguhan penahanan, bukan penghentian perkara. Untuk penghentian perkaranya, proses akan berjalan perlu dianalisa lagi," katanya.

Manajer Pendidikan Don Bosco Ibnu Markatab mengatakan, pihak sekolah akan memberi sanksi edukatif, yakni para tersangka dikembalikan ke orangtua masing-masing untuk selanjutnya diwajibkan mengikuti konseling dari ahli atau psikolog. Soal lama waktu yang dibutuhkan itu, bergantung pada psikolognya.

"Rekomendasi dari psikolog dan juga Pak Seto dari Komnas PA, menjadi acuan kami mengambil keputusan, apakah para tersangka dapat melanjutkan sekolah di Don Bosco lagi atau tidak. Pendampingan juga kami berikan kepada korban untuk menghilangkan traumatis dan tidak merasa takut sekolah lagi," jelas Ibnu.

Seto Mulyadi mengatakan, dirinya sangat menghargai sikap Untung S Rajab yang memahami kondisi anak-anak. "Jadi mereka dikembalikan ke administratif sekolah dan semua kesalahan ada sanksinya, yakni sanksi edukatif yang harus dapat mengubah sikap. Kami dari Komnas PA dan KPAI akan melakukan pendampingan kepada tersangka maupun korban," katanya. (RTS)

KRIMINALITAS

Kawanan Pencuri Bawa Kabur Mesin ATM BRI

BOGOR, KOMPAS — Kawanan pencuri membawa kabur uang beserta mesin anjungan tunai mandiri (ATM) Bank Rakyat Indonesia di Jalan Sukahati, Kecamatan Cibinong, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, Sabtu (4/8) dini hari. Pelaku diduga sudah mempelajari situasi di lokasi sehingga hampir tidak meninggalkan jejak berarti.

Lokasi ATM BRI itu berada di sebelah minimarket Alfamart yang berada di pintu masuk Perumahan Bumi Cibinong Endah (BCE). Di sisi mesin ATM BRI juga terdapat ATM Bank Central Asia. Waktu operasional kedua mesin ATM itu bersamaan dengan waktu operasi Alfamart yakni pukul 07.00 hingga pukul 22.00. Begitu waktu operasional usai, pintu besi geser ATM BRI itu ditutup. Namun, pelaku diduga masuk setelah mencongkel pintu geser itu.

Di bagian dalam ruang ATM itu hanya terlihat beberapa papan penyangga mesin yang sudah berantakan. Di sudut papan terdapat kamera pemantau (CCTV) berbentuk bulat, tetapi diduga pelaku menutup kamera itu dengan plakban hitam sebelum beraksi. Hingga Sabtu petang, polisi masih belum mengetahui berapa kerugian akibat kejadian itu.

"Pihak bank sudah melapor ke kami, tetapi mereka juga tidak tahu berapa isi ATM itu karena semua dipasrahkan ke pihak ketiga yang mengisi ATM. Kami hanya tahu mesin dan brankas berisi uang dibawa," tutur Kepala Satuan Reserse dan Kriminal Polres Bogor Ajun Komisaris Imron Ermawan.

Menurut Imron, pada Senin pihaknya akan memanggil perusahaan yang membantu pengisian ATM untuk mengetahui isinya. Imron mengaku belum memiliki indikasi pelaku. Selain itu, tidak ada saksi yang melihat kejadian itu. Pihaknya juga belum bisa mendapat informasi dari rekaman CCTV. Hanya saja, Imron menduga pelaku berjumlah lebih dari satu orang karena mereka bisa mengangkut mesin ATM.

Menurut Koko (27), karyawan Alfamart, peristiwa itu pertama kali diketahui menjelang pukul 06.00 oleh warga yang kebetulan berjalan kaki. Ia curiga melihat pintu besi geser ATM sudah terbuka. Setelah itu warga melapor ke petugas kepolisian. Mereka kemudian memeriksa lokasi kejadian.

Beberapa warga yang beraktivitas pada Sabtu subuh mengaku tidak melihat sesuatu yang mencurigakan. Lasmi (36), pedagang sayur yang membuka lapak sekitar 40 meter dari ATM BRI mengaku, sekitar pukul 04.00 sudah mulai menyiapkan lapak. Ia hanya sempat melihat sebuah mobil berwarna putih beberapa kali bolak-balik di jalan di dekat Alfamart.

"Memang kalau jam *segitu* di sini masih sepi. Enggak ada orang yang lewat. Saya juga waktu itu enggak terus-terusan di sana karena harus tiga kali bolak-balik mengangkut meja sama terpal dagangan," tuturnya.

Sementara itu, pada Sabtu siang beberapa petugas Satuan Reskrim Polres Bogor membuka garis polisi di sekitar ATM. Berselang 10 menit kemudian, beberapa orang yang mengaku berasal dari Kantor Wilayah II BRI datang untuk memeriksa lokasi kejadian dan mengambil foto. Namun, saat hendak dikonfirmasi, mereka langsung berlalu.

Kejadian ini menambah daftar pembobolan ATM di Kabupaten dan Kota Bogor. Pada 17 Juli, pencuri membobol masuk ke Giant di Kecamatan Bogor Barat, Kota Bogor, untuk membobol ATM Bank Mandiri dan BRI. Mereka sempat membuka pintu pelindung tempat penyimpanan uang, tetapi gagal membuka tempat penyimpanan uang. Sementara pada Februari 2012, sebuah ATM BRI di Kecamatan Gunungputri dibobol maling dengan kerugian diperkirakan lebih dari Rp 100 juta.

"Harus ada upaya peningkatan pengamanan ATM karena belakangan kerap terjadi pembobolan ATM. Bank juga harus ada rasa tanggung jawab, jangan sekadar bergantung pada perusahaan pengamanan yang jadi rekanan," kata Bintatar Sinaga, pemerhati kriminalitas dari Universitas Pakuan, Bogor. (GAL)

LAGA PERSAHABATAN

Tak Lelah Dukung Timnas

Bulan yang nyaris bulat sempurna menghiasi langit malam di atas Stadion Gelora Bung Karno, Jakarta. Di dalam stadion kebanggaan rakyat Indonesia itu, tim "Merah Putih" kembali bertanding dalam skuad penuh untuk pertama kalinya setelah kompetisi liga profesional terpecah.

KOMPAS/YUNIADHI AGUNG

Pemain klub Valencia, Pablo Hernandes (kanan), dihadang pemain Indonesia Selection, Nova Setya Nugraha, dalam pertandingan persahabatan di Stadion Utama Gelora Bung Karno, Senayan, Jakarta, Sabtu (4/8). Valencia menang 5-0 atas Indonesia Selection.

Di atas rumput yang terpotong rapi itu para pemain tim nasional Indonesia melawan "Kelelawar Mestalla", Valencia, Sabtu (4/8). Pertarungan dua tim beda kelas ini berakhir dengan kekalahan 0-5 bagi tim Indonesia. Namun, pertandingan ini menghadirkan asa yang lebih baik bagi "Merah Putih". Uji coba ini bukan sekadar menang kalah, melainkan ada pesan persatuan di sepak bola nasional.

Tim Indonesia yang disiapkan untuk Piala ASEAN Football Federation (AFF) pada November 2012 di Malaysia itu kembali diperkuat pemain-pemain senior, seperti pengatur permainan Firman Utina, penyerang Bambang Pamungkas, gelandang Ponaryo Astaman, dan sayap serang cepat Muhammad Ridwan.

Para pemain senior itu tampil bersama-sama para pemain muda yang tak kalah cemerlang saat SEA Games 2011. Di sana ada Patrich Wanggai, Abdul Rahman, Oktovianus Maniani, Ferdinand Sinaga, dan Titus Bonai. Ini kali pertama timnas diisi para pemain muda dan senior dari dua liga yang terbelah akibat pertarungan ego para elite pengurus sepak bola.

Skuad tim "Merah Putih" ini memberikan warna baru, harapan baru terbentuk tim yang kuat seperti saat Piala AFF 2010. Persatuan para pemain ini menyuguhkan permainan yang lebih solid dan menjanjikan level permainan yang lebih baik.

Wanggai, striker muda itu, mengundang decak kagum dengan kemampuan penetrasinya ke kotak penalti lawan. Penyerang klub Persidafon Dafonsoro itu dengan tenang melewati dua pemain bertahan Valencia, Daniel Parejo dan Victor Ruiz, untuk melayangkan tendangan guna menguji kiper Los Che, Diego Alves. Tepuk tangan pun bergemuruh menyambut aksi individu brilian Wanggai itu.

Indonesia tertinggal 0-3 saat pertandingan baru berjalan 25 menit, tetapi suporter yang menonton langsung di stadion tetap mendukung. Mereka meneriakkan "Indonesia, Indonesia" dan bertepuk tangan saat kiper Wahyu Tri Nugroho berjibaku menyelamatkan gawang dari kebobolan. Dukungan semakin meriah saat Firman Utina dan kawan-kawan bermain lepas menekan lawan.

"Kami datang ke sini untuk mendukung timnas Indonesia, bukan Valencia. Kami tidak pernah lelah mendukung timnas meski kami bosan dengan intrik para petinggi sepak bola di negeri ini," ujar Yusuf Aditya (19), suporter sejati "Merah Putih" dari Duren Sawit.

Aditya bersama rekan-rekannya alumnus SMA 44 Jakarta, Muhammad Fahmi, Panji, Haris, Bayu, dan Iror, mengenakan kostum timnas berwarna merah. Mereka sudah kangen dengan penampilan para pemain terbaik Indonesia dalam laga bermutu. Mereka menyimpan harapan persatuan para pemain dalam timnas bisa mengakhiri konflik persepakbolaan di negeri ini.

"Kembalinya Bambang Pamungkas dan para pemain senior semoga membawa imbas baik bagi sepak bola negeri ini, juga memberikan inspirasi bagi para pemain muda kita supaya tampil lebih baik," ujar Aditya.

Ia juga berharap laga melawan Valencia ini mengetuk nurani petinggi PSSI dan Kelompok Penyelamat Sepak Bola Indonesia (KPSI) untuk bersatu. Komite Bersama (Joint Committee) yang dibentuk untuk menyelesaikan konflik sepak bola di negeri ini punya waktu hingga akhir 2012. Jika tak ada solusi, persiapan timnas untuk Piala AFF 2012 pada November di Kuala Lumpur, Malaysia, bisa sia-sia. (ANG)

VARIA OLAHRAGA

Raih Podium, Darma Bertahan di Posisi Puncak

Pebalap remaja Darma Mangkuluhur (13) bertahan di puncak klasemen sementara Kejuaraan Terbuka Karting Asia setelah menempati posisi ketiga di seri Filipina, Sabtu (4/8), di Sirkuit Carmona. Awal Juli lalu, Darma menjuarai seri Makau sehingga total nilainya mencapai 72 poin. Di final nomor F125 Open JR, pebalap tim Humpuss Junior itu sempat memimpin jalannya lomba. Namun, di pertengahan lomba turun hujan sehingga kecepatan Darma menurun dan dapat disalip dua pebalap Filipina, Estefano Rivera dan Jette Calderon. Rivera akhirnya finis pertama diikuti Calderon. Darma finis ketiga dengan waktu 20 menit 14,392 detik. "Hujan deras membuat pandangan saya terganggu karena memakai kacamata. Namun, saya senang dapat bertahan di puncak," kata putra Tommy Soeharto itu. Menurut manajer tim, Moreno Soeprapto, Darma akan berjuang lagi untuk menjaga posisi puncak di lomba berikutnya dengan persiapan yang lebih baik. (ECA)

Atletico Tuntut Keadilan Dalam Hak Siar Televisi

CEO Atletico Madrid Miguel Angel Gil menuntut pemerataan dan keadilan dalam distribusi pendapatan hak siar televisi Liga Spanyol yang selama ini dikuasai Real Madrid dan Barcelona. Tanpa pemerataan dan keadilan itu, Liga Spanyol bisa kolaps akibat bangkrutnya klub-klub, seperti dialami Real Zaragoza, Real Betis, dan Racing Santander. "Kami ingin liga yang tidak punya utang dan kompetitif. Untuk mewujudkannya, hal mendasar untuk mengurangi perbedaan belanja dan pendapatan di kalangan klub dan menciptakan distribusi (uang), hak siar televisi yang lebih *fair*," ujar Gil melalui situs Atletico (www.clubatleticodemadrid.com), Sabtu (4/8). Selama ini Real dan Barca meraup separuh dari keseluruhan total pendapatan hak siar televisi dalam semusim (sekitar 600 juta euro atau Rp 7 triliun). Ini karena penjualan hak siar televisi Liga Spanyol dilakukan per klub. Sejumlah pengamat sudah lama mengusulkan agar Liga Spanyol mengadopsi model penjualan hak siar kolektif dengan pembagiannya yang lebih merata, seperti di banyak liga utama negara-negara Eropa. (REUTERS/SAM)

KOI: Persiapan Olimpiade Minimal Empat Tahun

Ketua Komite Olimpiade Indonesia (KOI) Rita Subowo menegaskan, KOI bakal segera mengevaluasi pencapaian Indonesia di Olimpiade London 2012. Dibandingkan dengan di Beijing, pencapaian di London menurun. "KOI akan segera mengevaluasinya," ujar Rita dalam siaran persnya, Sabtu (4/8). Rita mengatakan, atlet-atlet yang akan diturunkan di ajang olimpiade sebaiknya dipersiapkan dalam pelatihan jangka panjang, minimal empat tahun sebelumnya. "KOI akan mempertegas usulan tersebut kepada Kemenpora karena bahkan dalam dua tahun sebelum olimpiade pun ada kualifikasi untuk olimpiade," ujar Rita. Pelatihan jangka panjang itu seharusnya diikuti atlet-atlet dari cabang olahraga yang memiliki potensi medali, di antaranya angkat besi, bulu tangkis, panahan, taekwondo, judo, atletik, dan renang. Menurut Rita, pelatihan jangka panjang yang diikuti sejumlah cabang itu juga bisa dipakai sebagai ajang persiapan SEA Games hingga Asian Games. (HLN)

RELI WRC

Hirvonen Perkecil Selisih dari Loeb

OUNINPOHJA, SABTU — Juara dunia reli delapan kali Sebastien Loeb terus bersaing ketat melawan pereli tuan rumah, Mikko Hirvonen, di ajang Kejuaraan Reli Dunia WRC seri Finlandia. Sampai Sabtu (4/8), pada etape khusus ke-17 di kota Ouninpohja, Loeb masih memimpin di puncak klasemen, tetapi Hirvonen berhasil menipiskan selisih waktunya dari Loeb.

Dari tujuh etape khusus yang sudah ditempuh, Loeb berhasil menang di lima etape, yaitu di etape ke-11, ke-12, ke-13, ke-15, dan ke-16. Hirvonen mampu memenangi etape ke-14 dan ke-17. Kemenangan di etape khusus ke-17 itu membuat Hirvonen mampu menipiskan selisih waktu dari 9,4 detik menjadi 7,2 detik

Medan reli di Ouninpohja adalah jalanan beraspal yang cukup lebar dan terawat dengan baik. Kontur jalan naik turun sehingga mobil para pereli banyak yang terbang sehabis melintasi tanjakan dengan kecepatan tinggi.

"Jalanan aspal memungkinkan saya melaju dengan kecepatan sangat tinggi sehingga dapat mengungguli Loeb di etape ke-17. Saya ingin memenangi reli ini. Dengan selisih waktu 7,2 detik, hasil akhir di reli ini sulit diprediksi," kata Hirvonen.

Sebagai pereli tuan rumah, Hirvonen sangat berambisi menjadi juara di Reli Finlandia. Kemenangan di reli ini juga diperlukan untuk terus bersaing dengan Loeb di klasemen sementara. Loeb memimpin klasemen sementara dengan 145 poin dan Hirvonen di urutan kedua dengan 107 poin.

Sementara itu, Loeb mengatakan, dirinya berusaha menjaga momentum untuk tetap unggul di depan rekan satu timnya itu. Bagi Loeb, kekalahan di etape ke-17 sangat tipis sehingga dirinya yakin dapat kembali unggul di etape terakhir dan menjuarai reli Finlandia.

"Mobil saya dalam kondisi baik dan siap untuk bertarung di etape terakhir. Banyak pereli Finlandia yang ingin menang sehingga saya harus berjuang keras," katanya.

(AFP/ECA)

BURSA TRANSFER

Malaga Terancam Eksodus Pemain

MADRID, SABTU — Dalam situasi restrukturisasi internal Malaga demi menyelamatkan klub dari kesulitan ekonomi, satu demi satu pemain meninggalkan klub Liga Spanyol dan hengkang ke klub lain yang "lebih sehat". Jika situasi itu berlanjut, tidak terhindarkan terjadi eksodus pemain dari klub itu.

Terakhir, pemain yang sedang bernegosiasi untuk hengkang dari Malaga adalah striker asal Venezuela, Salomon Rondon. Itu sebabnya striker berusia 22 tahun tersebut tidak mengikuti tur pramusim Malaga ke Italia.

GETTY IMAGES

Salomon Rondon

"Pemain itu tetap di ibu kota Costa del Sol karena sedang bernegosiasi setelah ada penawaran masuk di kantor Stadion Rosaleda," demikian keterangan Malaga lewat situsnya (www.malagacf.com), Sabtu (4/8). Menurut media setempat, Rondon akan bergabung dengan klub Rusia, Rubin Kazan, dengan transfer 10 juta euro (Rp 117 miliar).

Kamis lalu, Malaga mengumumkan mereka tengah menjalankan "restrukturisasi internal". Pengumuman itu disiarkan di tengah mencuatnya isu pemilik klub asal keluarga Emir Qatar, Sheikh Abdullah bin Nassar al-Thani, akan menjual klub yang baru mereka miliki dua tahun tersebut.

Pellegrini bisa pergi

Selain Rondon, langkah restrukturisasi di Malaga itu juga bakal memicu para pemain terkemuka, termasuk gelandang Santi Cazorla dan mungkin Pelatih Manuel Pellegrini, hengkang.

Cazorla juga absen dalam tur ke Italia, tempat Malaga dijadwalkan melawan Juventus di Salerno. Media Spanyol melaporkan, pemain timnas Spanyol itu pekan lalu berada di London untuk mengurus kepindahannya ke Arsenal.

Pemain lain yang dilepas Malaga adalah gelandang Apono. Malaga mengonfirmasi, Apono dijual ke Real Zaragoza, klub yang meminjam Apono pada paruh kedua musim lalu.

Aquilani balik ke Italia

Di Inggris, gelandang Alberto Aquilani meninggalkan Liverpool dan balik ke Italia untuk bergabung ke Fiorentina. Pelatih Liverpool Brendan Rodgers memberi izin kepada pemain berusia 28 tahun itu untuk meninggalkan arena tur pramusim di Amerika Serikat guna terbang ke Italia.

Aquilani hengkang dari Liverpool setelah Rodgers memberi tahu dia tidak masuk skema permainan rancangannya. Namun, tidak ada pengumuman nilai angka transfer Aquilani dari Liverpool ke Fiorentina.

Aquilani bergabung dengan Liverpool pada 2009 dengan transfer 20 juta poundsterling. Dia direkrut Pelatih Rafael Benitez untuk menggantikan Xabi Alonso yang hijrah ke Real Madrid. Namun, Aquilani lebih sering menderita cedera dan hanya tampil starter di Liverpool sembilan kali.

Dua musim terakhir, dia dipinjamkan ke Juventus dan AC Milan. Selain tidak masuk skema permainan rancangan Rodgers, Aquilani juga dianggap membebani keuangan "The Reds" karena gajinya yang 5 juta poundsterling (Rp 58,5 miliar) per tahun.

"Dia (Aquilani) perekrutan nama besar yang kami nantikan," kata Andrea Della Vale, Presiden Kehormatan Fiorentina.

Sementara Rodgers tetap berharap bisa merekrut gelandang Swansea, Joe Allen (22). Pekan depan Rodgers bakal meningkatkan keseriusan penawarannya.

(REUTERS/SAM)

Fernando Gagal ke Semifinal

Yohan Blake Kalahkan Usain Bolt di Babak Pertama

LONDON, SABTU — Sprinter Indonesia, Fernando Lumain, yang bertanding di nomor atletik bergengsi, lari 100 meter putra, Sabtu (4/8), belum mampu berbuat banyak untuk menandingi lawan. Fernando menduduki posisi kunci di babak pertama sehingga gagal ke babak semifinal.

Pada babak penyisihan Grup 2 yang digelar sebelum babak pertama di Stadion Olympic, London, Fernando mencapai finis dengan waktu 10,80 detik. Dengan catatan waktu tersebut, pelari dengan tinggi badan 183 sentimeter itu lolos ke babak pertama. Pesaing terdekatnya di Grup 2 yang juga lolos ke babak pertama adalah Jurgen Themen (Suriname) dengan waktu 10,55 detik.

Di pertandingan babak pertama, Fernando masuk Grup 2 bersama para pelari top, antara lain Justin Gatlin (AS), peraih tiga medali di Olimpiade Athena 2004, yaitu emas nomor 100 m, perak nomor estafet 4x100 m, dan perunggu nomor 200 m.

Wartawan *Kompas* **Yunas Santhani Azis** melaporkan, lomba di Grup 2 merupakan antiklimaks Fernando. Gatlin mencapai finis tercepat dengan waktu 9,97 detik, diikuti Derrick Atkins (Bahama) 10,22 detik dan Rondel Sorilo (Trinidad-Tobago) 10,23 detik. Tiga pelari itu lolos ke babak semifinal.

Sementara Fernando finis paling akhir dengan waktu 10,90 detik atau 0,10 detik lebih lambat dari catatan waktunya di babak penyisihan. Setelah aba-aba start berbunyi, Fernando berlari dengan kecepatan konstan. Sampai jarak 30 meter pertama, dia sejajar dengan pelari lain. Namun, setelah jarak 50 meter, Fernando tertinggal dan akhirnya tiba di finis paling belakang.

Fernando mengaku terlalu cepat menegakkan tubuh ketika seharusnya masih mencondongkan tubuh ke depan. "Saya menundukkan tubuh lagi. Saya kecewa sekali," katanya.

Fernando, peraih emas di nomor estafet 4x100 meter di SEA Games 2011, berangkat ke London sebagai penerima beasiswa Olympic Solidarity. Catatan waktu terbaik sprinter kelahiran 18 Oktober 1989 itu 10,56 detik.

Selain Fernando, Indonesia juga mengirim atlet di nomor maraton, yaitu Triyaningsih, yang akan bertanding Minggu ini.

Prestasi tertinggi atlet atletik Indonesia di olimpiade tercipta melalui Purnomo di nomor lari 100 meter putra dan tim estafet 4x100 meter putra. Dia mencapai semifinal Olimpiade Los Angeles 1984. Mardi Lestari juga mencapai semifinal lari 100 meter di Olimpiade Seoul 1988.

Yohan Blake tercepat

Sprinter Yohan Blake (Jamaika) mengukir catatan waktu terbaik di babak pertama lari 100 meter, mengungguli rekan senegaranya, Usain Bolt, pemegang rekor dunia lari 100 meter dan 200 meter, serta Asafa Powell. Blake meraih catatan waktu 10 detik, sementara Bolt 10,09 detik dan Powell 10,04 detik. Trio sprinter Jamaika itu akan adu cepat lagi di babak semifinal hari Minggu.

Bolt yang menderita cedera kaki sebelum olimpiade digelar ternyata tampil bagus walau kalah dari yuniornya, Blake.

"Saya senang karena kaki saya baik-baik saja. Latihan saya selama ini berjalan baik. Reaksi saya juga bagus, tetapi tadi tersandung," kata Bolt.

Gatlin yang mencatat waktu tercepat menilai, lintasan stadion supercepat. "Teknik berlari saya berjalan baik," katanya.

Sementara Oscar Pistorius (Afrika Selatan) di nomor lari 400 meter mencatat sejarah sebagai pelari dengan dua kaki diamputasi yang tampil pertama kali di olimpiade. Dia menderita kelainan di kakinya ketika masih bocah sehingga harus diamputasi. Pistorius yang berlari dengan kaki palsu mencatat waktu 44,45 detik dan ke semifinal.

"Berlomba di olimpiade adalah mimpi yang jadi kenyataan," ujarnya. (AP/AFP/REUTERS/WAD)

GETTY IMAGES/ALEXANDER HASSENSTEIN

Sprinter Indonesia, Fernando Lumain, bersiap sebelum berlaga pada salah satu seri di nomor lari 100 meter putra Olimpiade London 2012 di Stadion Olympic, London, Inggris, Sabtu (4/8).

Perolehan Medali

PERINGKAT	NEGARA	EMAS	PERAK	PERUNGGU	TOTAL
1	Amerika Serikat	23	10	13	46
2	China	20	14	9	43
3	Britania Raya	10	7	8	25
4	Korea Selatan	9	2	5	16
5	Perancis	8	5	6	19
6	Jerman	5	9	6	20
7	Italia	4	5	3	12
8	Korea Utara	4	0	1	5
9	Kazakhstan	4	0	0	4
10	Rusia	3	13	9	25
11	Afrika Selatan	3	1	0	4
12	Selandia Baru	3	0	4	7
13	Jepang	2	8	11	21
14	Kuba	2	2	1	5
15	Belanda	2	1	3	6
16	Hongaria	2	1	2	5
17	Polandia	2	1	1	4
18	Ukraina	2	0	4	6
19	Australia	1	10	6	17
20	Romania	1	4	2	7
21	Denmark	1	2	2	5
22	Ceko	1	2	1	4
23	Brasil	1	1	4	6
24	Belarus	1	1	3	5
25	Slovenia	1	0	2	3
26	Ethiopia	1	0	0	1
26	Georgia	1	0	0	1
26	Lituania	1	0	0	1
26	Swiss	1	0	0	1
26	Venezuela	1	0	0	1
31	Meksiko	0	3	1	4
32	Swedia	0	3	0	3
33	Kanada	0	2	5	7
34	Kolombia	0	2	1	3
34	Spanyol	0	2	1	3
36	India	0	1	2	3
37	Belgia	0	1	1	2
37	**Indonesia**	**0**	**1**	**1**	**2**
37	Kenya	0	1	1	2
37	Mongolia	0	1	1	2
37	Norwegia	0	1	1	2
37	Serbia	0	1	1	2
43	Kroasia	0	1	0	1
43	Mesir	0	1	0	1
43	Thailand	0	1	0	1
43	China Taipei	0	1	0	1
47	Slowakia	0	0	3	3
48	Yunani	0	0	2	2
49	Azerbaijan	0	0	1	1
49	Hongkong	0	0	1	1
49	Iran	0	0	1	1
49	Moldova	0	0	1	1
49	Qatar	0	0	1	1
49	Singapura	0	0	1	1
49	Uzbekistan	0	0	1	1

Sumber: www.london2012.com, data 4 Agustus 2012 sampai pukul 21.30

Data dan Agenda

HASIL PERTANDINGAN 4 AGUSTUS 2012

	KATEGORI	ATLET/NEGARA	SKOR
Bulu Tangkis	Ganda Putra	Yun Chai/Haifeng Fu (CHN) vs Kien Keat Koo/Boon Heong Tan (MAL)	21/9, 21/19
		Mathias Boe/Carsten Mogensen (DEN) vs Jae Sung Chung/Yong Dae Lee (KOR)	17/21, 21/18, 22/20
	Ganda Putri	Valeria Sorokina/Nina Vislova (RUS)	Perunggu
	Tunggal Putri	Saina Nehwal (IND)	Perunggu
Basket	Putra	Tunisia vs Perancis	69-73
		Rusia vs Spanyol	77-74
Voli Pantai	Tim Putra	Brasil vs Jerman	2-0
		Belanda vs Swiss	2-0
	Tim Putri	Rusia vs China	0-2
		Spanyol vs Italia	0-2
Anggar	Tim Putri (Epee) (Semifinal)	Jerman vs Ukraina	45-36
		Romania vs Italia	45-38
		China vs Rusia	20-19
		Korea Selatan vs Amerika Serikat	45-36
Bola Tangan	Tim Putra	Tunisia vs Britania Raya	34-17
		Korea Selatan vs Serbia	22-28
Hoki	Tim Putri	Australia vs Afrika Selatan	1-0
		Belanda vs Korea Selatan	3-2
		Jepang vs Belgia	1-1
Tinju	Putra (49 kg)	Shiming Zou (CHN) vs Yosbany Veitia Soto (CUB)	14-11
		Mark Barriga (PHI) vs Birzhan Zhakypov (KAZ)	16-17
		Paddy Barnes (GBR) vs Thomas Essomba (CMR)	15-10
		Devendro Singh Laishram (IND) vs Serdamba Purevdorj (MGL)	16-11
	Putra (64 kg)	Everton dos Santos Lopes (BRA) vs Roniel Iglesias Sotolongo (CUB)	15-18
		Uktamjon Rahmonov (UZB) vs Yakup Sener (TUR)	16-8
Sepak Bola	Putra	Jepang vs Mesir	3-0
Bola Voli	Putra	Jerman vs Tunisia	3-0
		Britania Raya vs Polandia	0-3
Tenis Meja	Tim Putra	Korea Utara vs Korea Selatan	1-3
		Jepang vs Kanada	3-0
		Australia vs Singapura	0-3
		China vs Rusia	3-1
Tenis	Ganda Campuran	Britania Raya vs Australia	6/3, 3/6, 1/0
	Tunggal Putri	Serena Williams (USA)	Emas
		Maria Sharapova (RUS)	Perak
		Victoria Azarenka (BLR)	Perunggu
Rowing	Putri (LM2X-Lightweight Double Sculls)	Britania Raya	Emas
		China	Perak
		Yunani	Perunggu
	Putri (Single Sculls)	Miroslava Knapkova (CZE)	Emas
		Fie Udby Erichsen (DEN)	Perak
		Kim Crow (AUS)	Perunggu
	Putra (LM2X-Lightweight Double Sculls)	Denmark	Emas
		Britania Raya	Perak
		Selandia Baru	Perunggu
	Tim Putra (Men's Four)	Britania Raya	Emas
		Australia	Perak
		Amerika Serikat	Perunggu

Sumber: London2012.com data hingga pukul 21.30

BALAP SEPEDA

Inggris Mendominasi Disiplin Trek

LONDON, SABTU — Sampai hari ketiga perlombaan disiplin trek cabang balap sepeda dalam Olimpiade London 2012, tuan rumah mendominasi. Inggris merebut tiga emas dan menciptakan rekor dunia baru.

Tim *pursuit* putra Inggris yang terdiri dari Geraint Thomas, Ed Clancy, Steven Burke, dan Pete Kennaugh memastikan keunggulan mereka atas tim "Negeri Kanguru" pada final tim *pursuit* putra, Jumat (3/8) malam waktu London.

Kerja sama apik keempat pebalap Inggris di Velodrome London itu membuat mereka mencetak rekor dunia baru, 3 menit dan 51,659 detik, untuk menuntaskan 16 lap atau sejauh 4 kilometer.

Tim Australia yang terdiri dari Jack Bobridge, Glenn O'shea, Rohan Dennis, dan Michael Hepburn merebut perak dengan catatan waktu 3 menit dan 54,581 detik. Perunggu diraih tim Selandia Baru yang diperkuat Sam Bewley, Marc Ryan, Jesse Sergent, dan Aaron Gate.

Catatan rekor baru itu menegaskan dominasi Inggris dalam disiplin trek. Pada Olimpiade Beijing, tim *pursuit* putra Inggris juga meraih emas.

"Luar biasa. Saya sudah hampir menyerah. Namun, berkat teman-teman, saya terpacu. Semangat yang sama seperti di Beijing membuat semuanya terwujud," ujar Thomas.

Kiprah Pendleton

Seusai perebutan emas tim *pursuit* putra, Victoria Pendleton meneguhkan bahwa ia yang terbaik. Emas nomor *keirin* putri ia sabet setelah sehari sebelumnya catatan waktu yang ia buat di babak pertama nomor tim sprint putri didiskualifikasi wasit.

Bertarung di final menghadapi pebalap China, Guo Shuang, dan Anna Meares (Australia), Pendleton menjadi yang tercepat di nomor *keirin* putri, nomor yang untuk pertama kali dilombakan di Olimpiade London.

Pendleton, peraih emas individual sprint di Olimpiade Beijing, terus meningkatkan tempo kayuhan begitu sepeda motor pemacu kecepatan (*derny*) meninggalkan arena. Pebalap 32 tahun itu menuntaskan nomor *keirin* dalam 10,965 detik.

Guo Shuang finis kedua dengan perak. Yang mengejutkan, pebalap Hongkong, Lee Wai Sze, mampu finis ketiga, mengalahkan Anna Meares dan Monique Sullivan (Kanada).

"Kemenangan ini amat penting buat saya. Selama ini penggemar balap sepeda mengira saya sudah berhenti. Namun, emas *keirin* ini membuktikan saya masih ada," ujar Pendleton.

Sementara Guo memastikan, pertarungan di final *keirin* menuntut keahlian teknik tinggi. "Pertarungan sangat menuntut keahlian dan taktik. Saya bangga bisa meraih perak," ujarnya.

Selain emas dari tim *pursuit* putra dan *keirin* putri, Inggris juga meraih medali emas dari final nomor tim sprint putra, Kamis (2/8). (AFP/HLN)

DI LUAR LAPANGAN

Bangga Menjadi Relawan Tim Indonesia

Sepuluh relawan merasakan pengalaman meruah saat mendampingi atlet dan ofisial Indonesia di Olimpiade London 2012. Sepuluh mahasiswa Indonesia yang bersekolah di Inggris ini bisa belajar banyak hal, mulai organisasi hingga olahraga. Yang pasti, mereka telah memperlancar urusan atlet dan ofisial, mulai hal remeh seperti mengaktifkan nomor ponsel hingga menjadi penunjuk jalan.

Jangan dikira mengaktifkan nomor ponsel baru tidak penting. Ini pertama yang harus dilakukan agar komunikasi lancar. Dari titik inilah para relawan mulai bekerja setelah penjemputan di bandara. Mereka juga membantu mengisikan pulsa, menukar mata uang, serta membantu berkoordinasi dan berkomunikasi dengan orang-orang yang berhubungan dengan atlet, termasuk panitia lokal.

Lelah? Pasti. Namun, 10 mahasiswa ini senang. Perasaan menjadi bagian keluarga panahan membuat Sofiana Dewi ikut deg-degan dan terharu saat pemanah Indonesia, Ika Yuliana, menembus 16 besar.

Sofiana yang baru lulus master di Universitas Westminster memang ditugaskan membantu tim panahan. Ia bangga ketika Ika mengalahkan pemanah nomor tiga dunia, Fang Yutin (China). "Bangga, meski akhirnya kita kalah dari Rusia dengan skor tipis. Pas Mbak Ika keluar, penonton bertepuk tangan dan memuji," ujar Sofiana.

Ia melihat panahan kurang disorot media. "Semua orang, khususnya Indonesia, sibuk dengan angkat besi dan bulu tangkis. Banyak yang tak mengira prestasi Mbak Ika sebagus ini. Hanya satu, wartawan BBC, yang langsung wawancara di lapangan, lainnya titip pertanyaan ke saya," ungkapnya.

Rendah hati

Saat semua atlet dan ofisial pamit pulang, Sofiana kehilangan. Ia beruntung berkesempatan mendampingi tim panahan yang ia nilai rendah hati dan tidak neko-neko. "Atlet dan pelatih (Endah Sulistyorini) sangat kompak, seperti ibu dan anak. Mereka fokus berlatih, dari pagi sampai siang setiap hari. Saya senang bisa membantu tim ini," sambungnya.

Rasa bangga juga dirasakan Aliendheasja Fawilia, lulusan master di Tourism Environment and Development, King's College London. Rasa lelah Alien selama mendampingi tim angkat besi lenyap setelah Indonesia meraih perunggu lewat Eko Yuli Irawan dan perak lewat Triyatno. "Kelelahan saya terbayar Eko Yuli meraih medali pertama untuk Indonesia. Makin bangga dan terharu saat Triyatno dapat perak," katanya.

Alien bahkan kini mengerti cara penilaian di angkat besi, juga jenis-jenis angkatannya. Ternyata angkat besi tak sekadar adu otot dan kekuatan, tetapi juga adu strategi antarpelatih dalam menentukan berat angkatan. "Seru juga, jadi ikut menghitung-hitung, he-he-he."

Pengalaman asyik juga dirasakan Ikbal Alexander, pendamping tim bulu tangkis. Mahasiswa S-2 Universitas South Bank London ini bangga bisa bertemu dan *ngobrol* dengan atlet-atlet yang berprestasi di dunia. "Kalau di Indonesia, saya bahkan tidak bisa punya kesempatan seperti ini. Dengan menjadi relawan, saya bisa membantu mereka sekaligus belajar. Saya senang mendengarkan kisah-kisah sukses mereka untuk memotivasi saya juga," tuturnya.

Mendaftar

Cukup 10 relawan yang dibutuhkan untuk membantu tim Indonesia meski mereka harus membantu atlet berikut ofisialnya yang cukup banyak. Sekretaris Pertama Pensosbud KBRI London Heni Hamidah mengatakan, pendaftaran relawan dibuka sejak Mei. Sepekan sebelum pembukaan olimpiade, terpilihlah 10 nama. Sepuluh relawan ini kebetulan sedang libur kuliah atau sudah selesai menyelesaikan tugas akhir, seperti Nevine, yang langsung tertarik saat membuka iklan lowongan.

KOMPAS/SUSI IVVATY

Mahasiswa Indonesia yang kuliah di London menawarkan diri menjadi relawan untuk kontingen Indonesia. Mereka bertugas membantu atlet dan ofisial untuk berbagai urusan, termasuk berhubungan dengan panitia lokal.

"Seketika itu saya langsung mengirimkan data-data yang dibutuhkan dengan ekspektasi pekerjaan ini sangat menarik. Motivasi saya, memperluas *networking* dan berkontribusi langsung dalam membantu para atlet," ujar Nevine.

Ikbal pun sama. Ia sedang mencari pengisi liburan. "Olimpiade ini kegiatan olahraga terbesar. Kapan lagi saya terlibat dan bertemu bintang olahraga seperti Taufik Hidayat, Liliyana Natsir, dan Tontowi Ahmad," ujarnya.

(SUSI IVVATY, *dari London, Inggris*)

OLIMPIADE DALAM ANGKA

21.800
Pembawa obor menempuh jarak 137.000 kilometer selama 130 hari di Olimpiade Beijing 2008.

GETTY IMAGES

1960
Petinju berusia 18 tahun, **Cassius Clay** yang belakangan berganti nama menjadi Muhammad Ali, meraih juara kelas berat ringan.

7.000.000
Jumlah tiket terjual selama Olimpiade Beijing 2008.

4
Jumlah negara yang selalu berkompetisi sejak Olimpiade 1896, yakni Yunani, Australia, Inggris, dan Swiss.

1956
Kemenangan pertama bagi Uni Soviet di atas Amerika Serikat. Olimpiade diboikot oleh Belanda, Spanyol, dan Swiss sebagai protes atas invasi Uni Soviet ke Hongaria.

Sumber: Litbang Kompas/PUR, diolah dari London2012 dan The Sports Book

Drama Ulangan Wimbledon

Final Tunggal Putri Milik Serena Williams

LONDON, SABTU — Drama final turnamen Grand Slam Wimbledon tepat satu bulan lalu di All England Club, London, saat maestro tenis asal Swiss, Roger Federer, melawan petenis andalan Inggris, Andy Murray, kembali terulang. Kali ini kedua petenis itu bakal bertemu di final tenis Olimpiade London 2012, Minggu (5/8).

Petenis **Serena Williams** (AS) meluapkan sukacitanya setelah mengalahkan Maria Sharapova (Rusia) dan meraih medali emas tenis tunggal putri di Olimpiade London 2012 di All England Lawn Tennis and Croquet Club, London, Sabtu (4/8).
GETTY IMAGES/CLIVE BRUNSKILL

Kini, pertemuan keduanya di ajang olimpiade untuk memperebutkan medali emas dan perak.

Murray, petenis peringkat keempat dunia, bertekad meruntuhkan pertahanan Federer demi merebut medali emas di kampung halaman. Inggris pertama kali meraih medali dari nomor tunggal putra dari Charles Dixon (perak) di Olimpiade Stockholm 1912.

Juli lalu, Federer merenggut mimpi Murray untuk menjuarai turnamen Grand Slam Wimbledon 2012 dalam empat set, 4-6 7-5 6-3 6-4. Bertekad menjuarai olimpiade, Murray, petenis kelahiran Skotlandia, bangkit dari kekecewaannya.

Dia tampil sangat tenang dan apik saat melawan Novak Djokovic (Serbia) di semifinal olimpiade. Murray sukses menjungkalkan Djokovic, 7-5 7-5.

Bagi Murray, melaju ke final tunggal putra ajang olimpiade ini adalah pengalaman pertama. Bagi Federer, final tunggal putra di olimpiade juga menjadi pengalaman pertama meski di Olimpiade Beijing 2008 dia sukses merebut emas ganda putra bersama Stanislas Wawrinka.

"Atmosfernya luar biasa. Saya berusaha memenangi emas bagi tim Inggris, bagi negara Inggris, dan juga bagi diri saya sendiri. Saya begitu bahagia. Saya akan meraih emas," ujar Murray.

Federer menapak ke final setelah menghentikan perlawanan Juan Martin Del Potro (Argentina) di semifinal dalam waktu 4 jam dan 26 menit. Dalam pertarungan melelahkan dan panjang itu Federer unggul 3-6 7-6 (5) 19-17.

Dari sektor tunggal putri, petenis peringkat keempat dunia, Serena Williams (AS), membuyarkan mimpi petenis nomor tiga dunia, Maria Sharapova (Rusia).

Lengkapi sukses

Bertemu di final tunggal putri, Sabtu (4/8), Williams menambah koleksi medali emas olimpiade bagi Amerika Serikat. Kemenangannya sekaligus melengkapi suksesnya pasca-Grand Slam Wimbledon 2012. Williams menjungkalkan Sharapova 6-0, 6-1.

Emas dari London sekaligus melengkapi emas olimpiade ganda putri Williams di Olimpiade Sydney 2000 dan Olimpiade Beijing 2008.

Williams meluapkan sukacitanya dengan menari-nari di tepi lapangan disaksikan keluarganya. Dia melaju ke final setelah meruntuhkan harapan petenis nomor satu dunia, Victoria Azarenka (Belarus), untuk merebut emas di pesta olahraga multicabang tertinggi itu.

Williams menyingkirkan Azarenka 6-1 6-2 sehingga menempatkan Azarenka dalam perebutan perunggu menghadapi petenis Rusia, Maria Kirilenko. Azarenka yang juga juara Australia Terbuka 2012 membungkam Kirilenko dalam dua set, 6-3 6-4.

(AP/AFP/REUTERS/HLN)

London Sana-sini

Catatan Relawan untuk Tim Indonesia

Ketika pekerjaan relawan hampir selesai, mereka punya catatan penting selama mendampingi tim Indonesia. Satu hal yang kentara adalah kekusutan manajemen tim sejak kedatangan. Koordinasi antarpihak kurang jelas, terlalu banyak membuang waktu untuk hal yang tidak penting, tumpang tindih instruksi, dan pengaturan transportasi yang tidak jelas. "Seiring berjalannya waktu, ekspektasi saya luntur. Awalnya terpikir akan bekerja dengan dinamika yang tinggi dan terarah, tetapi berubah menjadi semrawut dan terkadang tidak efisien. Selain itu, sikap beberapa atlet dan ofisial dari cabang tertentu juga kurang *welcome* kepada relawan. Ini mengecewakan. Misalnya soal sewa lapangan yang akhirnya tak dipakai karena mereka terlambat ke *venue*," ujar Nevine, seorang relawan tim Indonesia, tanpa bermaksud merendahkan. Mencermati ini semua, Nevine melihat, manajemen kontingen Indonesia kurang maksimal. "Kesan saya, kita belum siap untuk menjadi juara di bidangnya. Masih banyak hal yang harus dibenahi, mulai dari hal terkecil, yaitu waktu. Semoga ke depan kita bisa lebih baik," tuturnya. (IVV)

"Perang" Korea di Beregu Putra Tenis Meja

Korea Selatan dan Korea Utara yang secara politik berseteru, Sabtu (4/8), bertemu dalam "perang" di tenis meja Olimpiade London 2012. Itu tatkala tim kedua negara bertemu di nomor beregu putra. "Saya selalu merasa ada tekanan jika melawan Korea Utara. Kami bangsa yang sama dan berbicara dalam bahasa yang sama, tetapi secara politik saat ini kami tidak bersahabat," kata pelatih tim putra Korsel, Yoo Nam-kyu. Korsel, unggulan kedua di beregu putra, akhirnya memenangi laga dengan skor 3-1 atas Korut yang unggulan ke-11. Kemenangan dipastikan juara tunggal putra Olimpiade Athena 2004, Ryu Seung-min, yang mengalahkan Kim Hyok Bong pada laga keempat. "Kami selalu saling menyapa, 'Halo', tidak ada masalah, tenis meja tergolong spesial (dalam hubungan kedua negara)," kata Ryu. "Kami punya hubungan dan pertemanan yang baik. Namun, di arena kami berperang, perang tenis meja," ujar Ryu yang bersalaman dengan Kim Hyok Bong setelah bertanding. Ryu dan Yoo mengatakan, mereka saling bertegur sapa dan berbicara dengan lawannya, tetapi hanya seputar olahraga. Tak pernah soal politik. (REUTERS/ADP)

RENANG

Dominasi Phelps dan Franklin

LONDON, JUMAT — Perenang Michael Phelps dan Missy Franklin kembali merebut emas dan membuat tim Amerika Serikat semakin dominan di cabang renang. Tim AS merebut tiga dari empat medali emas yang diperebutkan pada Jumat (3/8) di Aquatics Center, London.

Phelps merebut emas kedua di nomor perseorangan, atau emas ketiga dengan nomor estafet, pada nomor 100 meter gaya kupu-kupu putra. Kemenangan Phelps ini juga menjadi revans terhadap Chad le Clos dari Afrika Selatan yang mengalahkannya di 200 meter gaya kupu-kupu.

Persaingan di nomor itu sangat ketat sehingga Phelps berada di urutan keenam dan Clos ketujuh pada 50 meter pertama dari delapan perenang. Namun, Phelps dan Clos mempercepat laju pada 50 meter terakhir.

Phelps yang pertama kali menyentuh lantai finis dengan waktu 51,21 detik dan Clos kedua dengan selisih waktu 0,23 detik. Posisi ketiga ditempati Evgeny Korotyshkin dari Rusia.

Kemenangan ini memberi Phelps medali emas ke-17 dan sekaligus medali ke-21 di olimpiade baginya, disertai dua perak dan dua perunggu.

Si "Misil" Franklin

Seperti Phelps, Franklin juga merebut medali emas kedua di nomor perseorangan, atau emas ketiga dengan nomor estafet, pada nomor 200 meter gaya punggung putri. Franklin juga memecahkan rekor dunia dengan waktu 2 menit 4,06 detik.

"Misil", julukan Franklin, langsung melesat dan memimpin jalannya lomba sejak 50 meter pertama. Franklin finis tercepat, diikuti Anastasia Zueva dari Rusia dan Elizabeth Beisel di posisi kedua dan ketiga.

Katie Ledecky melengkapi kemenangan AS dengan merebut emas di nomor 800 meter gaya bebas putri. Remaja berusia 15 tahun itu memecahkan rekor Amerika dengan catatan waktu 8 menit 14,63 detik.

Florent Manaudou dari Perancis menjadi satu-satunya perenang yang mampu menghentikan dominasi perenang AS. Manaudou merebut emas di nomor bergengsi 50 meter gaya bebas putra dengan waktu 21,34 detik.

Manaudou memaksa perenang AS Cullen Jones puas dengan medali perak. Perenang Brasil, Cesar Cielo, merebut medali perunggu. (REUTERS/AFP/ECA)

Khas Olimpiade

Mark Todd

Mark Todd menjadi penunggang kuda pertama yang mempertahankan gelarnya dalam nomor trilomba tiga hari (*three-day eventing*) sejak 1932 ketika dia meraih medali emas di Olimpiade Seoul 1988.

Pada 1984, Todd menjadi warga Selandia Baru pertama yang memenangi medali olahraga berkuda di olimpiade. Saat berlomba di Olimpiade Los Angeles 1984, dia memimpin di nomor trilomba di atas kudanya yang bernama Charisma.

Empat tahun kemudian, warga kebanggaan "Negeri Kiwi" itu bersama Charisma menang lagi di Seoul, Korea Selatan. Bahkan, mereka juga meraih medali perunggu di nomor kompetisi beregu.

Todd memperkuat prestasinya dengan memenangi emas beregu di Olimpiade Barcelona 1992. Saat olimpiade berlangsung di Sydney tahun 2000, Todd mempersembahkan perunggu di kompetisi trilomba perorangan.

Tidak berhenti di situ, dia pun tampil lagi di Olimpiade Beijing 2008 pada usia 52 tahun. Namun, di olimpiade tersebut Todd gagal memperoleh medali. Dia menyelesaikan lomba di peringkat ke-17 dalam trilomba perorangan dan kelima di trilomba beregu. (OTW)

GETTY IMAGES/PHIL WALTER

inspirasi

Kesederhanaan dalam Kebersamaan

SAAT itu, hari mendekati waktu berbuka puasa. Hery Heryana (27) segera bersiap untuk berbuka puasa bersama keluarganya. Badan lelah setelah seharian bekerja dan berpuasa. Dengan segera dirinya melangkah ke kamar mandi untuk membersihkan diri dari peluh.

"Kalau masih ada waktu sih biasanya saya ikut bantu memasak di dapur. Karena pada dasarnya, saya suka masak juga," ujar pria yang tinggal di Tasikmalaya ini.

Hery menjelaskan, ibunya sering menanyakan padanya ketika sahur, menu apa yang diinginkannya untuk berbuka. Di sinilah Hery melihat dan merasakan kasih seorang ibu yang tiada batas. Kendati keempat anaknya sudah lulus dan bekerja, dia masih rela bangun pagi dan memasak menu favorit bagi anak dan keluarganya. Adapun makanan yang menjadi favorit di keluarganya adalah udang goreng tepung dan karedok.

Menurutnya, berbuka puasa bersama keluarga itu memiliki makna yang sangat dalam. Dia mengatakan, tidak perlu harus berbuka puasa di luar rumah karena di rumah saja sudah sangat nikmat. Menurutnya, berbuka di luar rumah justru sedikit merepotkan karena kebanyakan tempat makan penuh.

"Kalau di luar suka *ribet*, apalagi kalau *full booked* harus *nunggu* lagi. Kalau di rumah bisa bebas. Mau makan dulu, shalat dulu, bebas saja," ujar anak bungsu dari empat bersaudara ini.

Makan bersama apabila dilihat sebagai rutinitas, maknanya akan hilang walau dalam suasana Ramadhan sekalipun. Akan tetapi, apabila kita maknai dengan rasa dan hati, sebuah kata kebersamaan yang menjalin kehangatan dan kasih sayang antarkeluarga akan muncul.

Hal tersebut, menurut Hery, membuat saat berbuka puasa atau sahur bisa terasa lebih nikmat. Dia menambahkan, buka puasa bersama keluarga melambangkan sebuah kesederhanaan. "Tidak perlu makanan mahal atau mewah. Dari makanan yang sederhana bisa jadi spesial. Makanan adalah urutan ke sekian. Toh, kalau makan di rumah, kita bisa di-*masakin* makanan yang favorit kita," ujarnya seraya tertawa. [VTO]

mutiara ramadhan

Yuk, Isi Puasa dengan Kegiatan Positif

MENAHAN haus dan lapar saat puasa bukan berarti tak bisa melakukan kegiatan sehari-hari secara maksimal. Singkatnya, berpuasa bukan halangan untuk menjalankan kegiatan sehari-hari. Jika kita bermalas-malasan, tubuh akan semakin lemas.

Lalu, kegiatan seperti apa yang sebaiknya dilakukan? Pastinya kegiatan itu haruslah positif dan bermanfaat bagi diri sendiri dan banyak orang. Bertadarus dan meng-khatamkan Al Quran jelas menjadi salah satu kegiatan yang sangat dianjurkan di Bulan Ramadhan. Maklum, dengan ganjaran pahala yang berlipat, Ramadhan adalah saat yang tepat untuk memperbanyak ibadah, salah satunya membaca Al Quran.

Selain itu, di waktu senggang Anda juga bisa mempraktikkan resep-resep makanan ringan yang tersimpan di lemari untuk dijadikan penganan berbuka puasa. Agar lebih berkah dan banyak orang yang bisa menikmati hidangan hasil karya Anda, tak ada salahnya mengirimkan kue atau camilan tersebut ke masjid terdekat untuk dijadikan takjil yang bisa dinikmati jamaah atau musafir yang kebetulan sedang berada di masjid.

Menambah pengetahuan dengan membaca buku, khususnya buku-buku agama juga sangat disarankan. Dengan begitu ilmu agama yang kita miliki akan semakin bertambah dan tentunya akan menambah wawasan yang lebih luas tentang agama. Termasuk di dalamnya mendengarkan ceramah atau kuliah subuh.

Mengingat kebersihan adalah sebagian dari iman, tak ada salahnya jika Anda mengajak anggota keluarga lainnya bergotong royong membersihkan rumah. Bukan hanya sekadar menyapu atau mengepel rumah. Bila perlu lakukan juga pengecatan rumah agar terlihat lebih bersih dan bersinar sehingga saat Lebaran nanti rumah tampak bersih dan indah. Para tamu dan kerabat pun pastinya akan merasa lebih betah dan kerasan berada di rumah yang bersih dan apik.

Nah, dengan adanya berbagai kegiatan yang positif seperti ini, puasa Anda akan terasa lebih bermakna. Haus dan lapar pun tak menjadi masalah jika diisi dengan aneka kegiatan positif yang bermanfaat. Selamat menjalankan ibadah puasa. [AYA]

Makna Kebersamaan di Tengah Kesibukan

WIRA PRISHANTO

Hidup di kota besar memang menuntut orang untuk pintar-pintar membagi waktu antara keluarga dan pekerjaan. Hal ini menjadi kian kompleks bagi seorang perempuan yang bekerja, apalagi dia adalah seorang ibu.

Kehidupan seperti inilah yang dijalani seorang ibu dari dua orang anak, Herning Banirestu (37). Profesinya sebagai wartawan sebuah majalah bisnis di Jakarta membuat dirinya harus rela memiliki sedikit waktu untuk bisa menjalani puasa bersama keluarga. "Di bulan puasa ini kan majalah memiliki jatah tayang lebih banyak. Belum lagi undangan dari narasumber untuk berbuka puasa, membuat saya susah sekali bisa berbuka puasa bersama keluarga," ujarnya.

Kebersamaan terasa saat sahur, ketika seluruh keluarga masih berkumpul dan bersiap mengawali hari. Setiap harinya Herning harus bangun pukul 3 pagi untuk menyiapkan segala sesuatu, dari memasak, menghangatkan makanan, hingga menemani anak. "Saya biasanya menyiapkan makanan yang paling penting untuk anak-anak saya, terutama untuk kakaknya, Arra (8), dan bapaknya," ujarnya.

Di saat sahur inilah makna kebersamaan keluarganya tecermin. Herning mengakui saat sahur dirinya lebih suka menyuapi Arra sembari berinteraksi dengannya. "Arra suka sekali baca buku. Di sini saya bertanya dari bagaimana puasanya kemarin di sekolah, pelajarannya kemarin, dan lainnya, " ujarnya.

Herning juga berusaha mengajarkan mengenai makna puasa dengan memberi contoh yang ringan dan gampang dicerna. Misalnya, untuk tidak membuang makanan karena masih banyak orang yang kesulitan makanan bahkan ada yang dalam sehari tidak bisa makan. "Anak saya sekarang sudah mengerti dan secara tidak langsung diterapkannya. Misalnya saat makan dia akan mengambil secukupnya. Kalau masih lapar, dia akan minta tambah," ujarnya.

Dia cukup bersyukur karena anak-anaknya bersekolah di sekolah Islam. Di sini dia terbantu dalam hal mendidik anaknya pelajaran rohani. Menurut Herning, pola belajarnya yang menekankan unsur *fun* berhasil membuat anaknya kian memahami rohani.

Mungkin masih banyak perempuan lain seperti Herning. Sesibuk apa pun pekerjaan, tetapi tetap tidak melalaikan tugasnya sebagai ibu untuk terus mendampingi anaknya. "Bagi saya, keluarga tetap nomor satu. Tidak tergantikan," pungkasnya. [VTO]

resep

Es dawet bubur sumsum

Bahan bubur sumsum:
100 gram tepung beras
1000 ml santan dari 1 butir kelapa
2 lembar daun pandan
1/2 sendok teh garam

Bahan pelengkap:
150 gram cendol tepung beras siap pakai
100 gram cincau hitam, potong kotak 1x1 cm
25 gram sagu mutiara merah, rebus
500 gram es serut

Bahan sirup gula merah:
300 gram gula merah
500 ml air
2 lembar daun pandan
1/2 sendok teh garam

Bahan kuah santan:
500 ml santan dari 1 butir kelapa
1/2 sendok teh garam
1 lembar daun pandan

Cara membuat:
1. Bubur sumsum: larutkan tepung beras dengan santan. Tambahkan daun pandan dan garam. Masak sambil diaduk sampai kental.
2. Sirup gula merah: rebus gula merah, air, daun pandan, dan garam sampai mengental dengan api kecil. Dinginkan.
3. Kuah santan: rebus santan, garam, dan daun pandan sampai mendidih. Dinginkan.
4. Sajikan bubur sumsum dengan pelengkap, sirup gula merah, dan kuah santan.

Untuk 10 porsi

info

Perbanyak Bakteri Baik Selama Ramadhan

PUASA Ramadhan masih harus dijalani hingga dua pekan mendatang. Itu artinya, kesehatan pencernaan masih perlu terus dijaga, terutama organ usus Anda.

Kondisi usus yang kurang diperhatikan selama menjalani puasa dapat membuat Anda rentan terpapar beberapa penyakit. Di antaranya adalah diare, dehidrasi, dan konstipasi. Akibatnya, tubuh butuh tindakan kuratif dan kemungkinan besar justru akan mengganggu berpuasa.

Tidak banyak yang menyadari bahwa usus merupakan organ yang menjadi sumber daya tahan tubuh. Ironisnya, Anda juga dapat menemukan beberapa penyakit yang sering kali diakibatkan oleh bakteri merugikan yang tinggal di dalam usus, seperti tifus, diare, atau bahkan keracunan.

Peran usus yang menjadi penopang menuntut Anda untuk terus menjaga kesehatan. Apabila fungsi usus terganggu, daya tahan tubuh mulai berkurang dan bibit penyakit semakin mudah menyerang. Beberapa cara yang dapat dilakukan agar usus tetap sehat adalah mengonsumsi minuman yang mengandung probiotik dan memilih asupan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan.

Agar kesehatan usus semakin terlindungi, Yakult dapat menjadi "senjata" pilihan. Idealnya, minuman ini dapat dikonsumsi pada saat Anda menyantap hidangan buka puasa atau sahur. Cobalah untuk mengasup beberapa sendok hidangan lebih dulu sebelum mengonsumsi Yakult, kemudian kembali lanjut menyantap hidangan. Hal ini berguna untuk memproteksi usus terlebih dahulu. Selain itu, Yakult dapat diminum setelah Anda menyantap hidangan.

Di dalam satu botol Yakult terdapat lebih dari 6,5 miliar bakteri berguna *L. casei* Shirota strain yang mampu melewati asam lambung dan cairan empedu. Jika penyimpanan dilakukan sesuai dengan prosedur, bakteri ini dapat berperan secara maksimal. Suhu terbaik penyimpanan Yakult adalah 0-10 derajat celsius. Jika penyimpanan tidak dilakukan dengan baik, kinerja bakteri baik yang masuk ke dalam usus tidak akan maksimal.

Hadirnya bakteri baik di dalam usus dapat menekan jumlah bakteri merugikan dan membuat gerakan usus kembali normal sehingga proses pencernaan sempurna. Selain itu, racun-racun yang dikeluarkan oleh bakteri jahat dapat diikat dan dibuang dalam bentuk zat-zat sisa hasil pencernaan. Tidak dapat diragukan lagi, bakteri baik berfungsi untuk meningkatkan daya tahan tubuh pada titik optimum.

Director Marketing Communication & Commercial PT Yakult Indonesia Persada Antonius Nababan mengungkapkan, hingga saat ini Yakult masih menjaga komitmennya untuk mengusung kampanye "Cintai Ususmu dengan Minum Yakult Setiap Hari". Meskipun kesadaran masyarakat terhadap kesehatan usus cenderung meningkat, kampanye ini tetap harus dilakukan secara berkelanjutan. [GPW]

Info

Gadget

"Nonton" Video Sambil "Googling"

"Lagi asyik-asyiknya *nonton* video di ponsel, eh, tiba-tiba ada SMS masuk. Setelah dicek, ternyata cuma SMS dari 'Mama minta pulsa'. Aduh, rugi deh. Video *udah* di-*close*, ternyata cuma SMS iseng," ujar Rivan (27) dengan geram.

Keluhan Rivan tentu pernah kita rasakan juga. Bayangkan, kita sedang asyik menonton video musik kiriman teman, eh, tiba-tiba ada notifikasi SMS masuk. Nah, dilema nih. Mau cek SMS, tanggung soalnya lagi asyik *nonton*. Mau tetap terus *nonton*, galau takut SMS-nya penting.

Anehnya, kebingungan seperti ini tak dialami Tommy (24). Setelah diselidiki, ternyata ponsel barunya memiliki teknologi canggih yang bisa *multitasking*. Sembari menonton video, dia tetap bisa cek SMS, *e-mail*, bahkan hingga *browsing* internet. Nah lho, memangnya bisa?

Memang, belum semua ponsel bisa seperti ini. Maklum, kemampuan *multitasking* hanya bisa dilakukan ponsel yang memiliki "otak" atau prosesor supercepat. Salah satunya seperti yang dimiliki Samsung Galaxy S III.

Yap, performa ponsel yang memiliki "otak" 1,4 GHz Quadcore prosesor ini memang canggih. Dibandingkan seri sebelumnya, yaitu Samsung Galaxy S II, ponsel ini mampu *boot time* lebih cepat sekitar 20 persen.

Untuk urusan membuka aplikasi, ponsel ini mampu lebih cepat sekitar 17 persen plus kecepatan *browser* yang dipercepat hingga 28 persen. Tak hanya itu, berkat baterai 2.100 mAH, ponsel ini mampu memutar video hingga 25 persen lebih lama atau sekitar 9 jam.

Dua syarat

Kembali ke urusan *multitasking*, ketika menonton video dari ponsel, paling tidak ada dua syarat yang harus ada. Pertama, ponsel tersebut memiliki prosesor yang oke. Kedua, ponsel tersebut memiliki layar cukup lebar dengan kualitas gambar yang tajam.

Untuk urusan dua hal ini, Samsung Galaxy S III boleh bangga menjadi yang terdepan. Maklum, ponsel ini dianugerahi layar 4,8 inci dengan resolusi 1280 x 720 piksel, plus lapisan Gorilla Glass 2.

Kualitas layar ponsel ini pun tak perlu diragukan lagi karena berjenis Super AMOLED yang cerah, kontras, serta memiliki sudut pandang yang baik. *Yap*, salah satu keistimewaan layar ponsel ini adalah mampu menampilkan warna yang lebih natural, terutama ketika *background* berwarna putih, Selain itu, ponsel ini menyediakan empat pilihan pengaturan pada layar untuk menyesuaikan selera mata kita, yaitu Dynamic, Standard, Natural, dan Movie.

Layar sudah oke, prosesor? Wah, jangan tanya lagi. Berkat dua keunggulan inilah Samsung Galaxy S III memiliki kemampuan menonton video yang memanjakan mata sekaligus *multitasking*. Nah, kemampuan ini biasa dikenal dengan sebutan Pop Up Play.

Lalu apa saja kegunaan dari Pop Up Play ini? Menurut Product Marketing Manager Mobile Phone Business Samsung Electronics Andry Sutamto, fitur ini sengaja diciptakan demi kenyamanan konsumen.

"Ketika sedang menonton dan tiba-tiba ada SMS masuk, biasanya kita harus *pause* atau stop video dulu. Dengan Samsung Galaxy S III, kita bisa melakukan keduanya secara bersamaan," ungkap Andry.

Cara kerja Pop Up Play ini memang asyik. Ketika sedang menonton video dan tiba-tiba ada SMS masuk, kita tinggal menyentuh ikon Pop Up Play di bawah kanan layar. *Tara*, otomatis video akan mengecil dan kita bisa mengecek sekaligus membalas SMS sembari tetap menonton. Canggih, bukan?

Tommy yang memiliki ponsel ini tentu sering menggunakan fitur Pop Up Play. Melalui fitur ini, dia bisa *multitasking* menonton video sambil cek SMS. Keunggulan fitur ini juga biasa dia gunakan untuk keperluan mengecek *e-mail*.

Sejak menggunakan Samsung Galaxy S III, kini dia bisa tetap memuaskan hobi menonton video, tetapi tetap produktif. Selain itu, dia memberi bocoran fungsi lain yang bisa digunakan fitur Pop Up Play ini.

"Pas lagi *nonton* film, saya biasanya penasaran sama aktor di film itu. Nah, berkat ponsel ini, saya bisa tetap *nonton* video sambil *googling* nama aktornya," ujarnya sembari tertawa.

Fitur Pop Up Play memang bisa dimanfaatkan untuk berbagai keperluan. Yang jelas, berkat kemampuan ini, kita bisa *multitasking* mengerjakan beberapa hal dalam satu waktu. [INO]

Atasi Layar Redup Saat Baca "E-book"

Baca buku digital (*e-book*) di ponsel kini lagi *nge*-tren. Apalagi ponsel zaman sekarang rata-rata berlayar lebar. Namun, repotnya adalah ketika lagi asyik baca *e-book*, eh tiba-tiba layar meredup gara-gara *screen timeout* (layar mati). Aduh, sungguh menyebalkan.

Kejadian seperti ini sering dialami Willy (30), seorang pegawai swasta di Jakarta. Pria berpostur tinggi ini mengaku sering mengisi ponselnya dengan *e-book*. Berbagai koleksi *e-book* sudah memenuhi *memory card* ponselnya. Mulai dari novel detektif, buku politik, buku humor, hingga novel roman percintaan favoritnya.

Willy mengaku jatuh cinta dengan *e-book*. Maklum, dia termasuk anker (anak kereta api). Jika dihitung-hitung, ada sekitar 4 jam waktunya dihabiskan di dalam kereta bolak-balik menempuh perjalanan dari rumah ke kantor. Nah, untuk mengisi waktu di kereta, Willy lebih suka baca *e-book* dibandingkan tidur.

"Bagi saya waktu itu berharga *banget*. *Makanya* waktu dua jam di kereta, saya manfaatkan dengan membaca *e-book*. Kalau di rumah, saya *udah gak sempet* lagi baca-baca buku," ujarnya.

Namun, dia mengeluhkan cahaya layar ponsel yang tiba-tiba meredup ketika lagi asyik baca *e-book*. Wajar sih, dia mengatur waktu *screen timeout* di ponselnya hanya 30 detik. Tak heran jika setiap 30 detik dia harus rajin-rajin menyentuh layar agar cahaya ponselnya tetap menyala.

Solusi

Lalu bagaimana solusinya dong? Salah satunya sih kita bisa coba atasi dengan memperpanjang waktu *screen timeout*. Namun, biasanya, paling panjang waktunya adalah 10 menit. Setelah itu, cahaya layar akan meredup. Bayangkan, lagi asyik-asyiknya baca *e-book*, tiba-tiba tepat pada menit ke-11, layar mati. Duh, geregetan rasanya deh.

Tenang, kalau kita pakai ponsel berteknologi Smart Stay, hal ini bisa diatasi. *Yap*, teknologi Smart Stay adalah fitur terbaru yang menjadi andalan Samsung Galaxy S III. Bagaimana cara kerjanya? Intinya sih fitur ini memanfaatkan sensor kamera depan untuk mendeteksi mata kita. Jadi, layar akan menyala terus selama mata kita menatap layar.

Oh iya, sensor ini akan aktif bekerja sesuai dengan pengaturan waktu *screen timeout*. Misalnya, jika diatur *screen timeout* 30 detik, setiap 30 detik sekali sensor akan melacak mata kita. Nah, ketika mata sudah tak terfokus ke layar, *jreng-jreng!*, cahaya di ponsel otomatis akan meredup. Coba perhatikan saja lambang mata di bagian atas layar. Nah, itu pertanda sensor sedang bekerja.

Menurut Product Marketing Manager Mobile Phone Business Samsung Electronics Andry Sutamto, berdasarkan riset, ternyata ponsel lebih sering digunakan untuk *browsing* dan baca *e-book*. Oleh sebab itu, Samsung berinovasi menciptakan fitur Smart Stay yang bisa memberikan kenyamanan konsumen saat berinteraksi dengan layar ponsel.

Melalui fitur ini, kita tetap bisa nyaman melakukan banyak hal. Misalnya, ketika *browsing* membaca berita dalam waktu lama, membaca *e-mail* panjang, hingga membaca *e-book*. *Yap*, melalui fitur Smart Stay, kita tak perlu lagi repot menyentuh layar agar cahaya tetap menyala. Benar-benar teknologi yang mengerti kebutuhan manusia. [INO]

FOTO-FOTO DOK SAMSUNG

INTERNASIONAL

KEJAHATAN KERAH PUTIH

Mencari Alternatif LIBOR

Manipulasi tingkat suku bunga pinjaman antarbank, LIBOR, telah meracuni investor. Pemodal dikenakan suku bunga rendah berdasarkan LIBOR yang tak lagi sesuai pasar, tetapi berdasarkan pematokan 16 bank besar dunia. Terdapat hingga 600 triliun dollar AS dana investasi terkait LIBOR yang dimainkan dan merugikan investor karena tak bisa meramalkan suku bunga berdasarkan mekanisme pasar.

"Manipulasi LIBOR telah meracuni investor," kata Adrian Pabst, dosen University of Kent, Inggris, dan juga di Institut d'Etudes Politiques de Lille Perancis, di harian *The National* edisi 18 Juli.

Dalam diamnya, dunia marah dan berang terhadap manipulasi ini. Ini kejahatan yang tiada tara dan amat tidak manusiawi. Manipulasi ini diduga kuat sengaja dibiarkan terjadi oleh para regulator, bahkan oleh Gubernur Bank Sentral Amerika Serikat Ben Bernanke dan Gubernur Bank Sentral Inggris Mervyn King.

Di harian *Washington Post* edisi 20 Juli, Cornelius Hurley, profesor hukum di Boston University, mengindikasikan tidak ada upaya kuat dari Bank Sentral AS untuk mengusut kasus tersebut.

Hal ini membuat marah belahan bumi lain yang memiliki dana cukup besar, seperti Rusia, China, Timur Tengah, dan Asia. Mereka telah dipermainkan bank-bank AS dan Eropa, yang pada tingkat tertentu juga berkolaborasi dengan dua bank besar asal Jepang.

"LIBOR sudah dikacaukan dan tidak bisa diperbaiki, tetapi LIBOR bisa digantikan," kata Gubernur Bank Sentral Kanada Mark Carney, sebagaimana dikutip kantor berita Reuters edisi 19 Juli.

Hal serupa juga dikatakan tokoh keuangan dunia. "Kejadian ini benar-benar merusak kepercayaan," kata Chief Executive Goldman Sachs Lloyd Blankfein.

Tidak heran jika dalam sebulan terakhir muncul ide soal penentuan suku bunga global, yang tidak lagi bisa ditentukan oleh London. Menkeu AS Timothy Geithner mengatakan, penentuan suku bunga ini tidak bisa didominasi London.

Lalu apa alternatif LIBOR (London interbank offered rate)? Ini belum jelas dan akan dibahas dalam pertemuan di Basel, Swiss, oleh sejumlah bank sentral dunia pada September mendatang. King dalam suratnya ke sesama gubernur bank sentral menekankan, diperlukan reformasi radikal atas LIBOR.

Saling menawarkan

Muncul diskusi bahwa suku bunga obligasi AS bisa jadi acuan baru untuk menggantikan LIBOR. Akan tetapi, sistem keuangan AS sedang krisis dan permintaan serta penawaran dana tidak lagi menggambarkan keadaan pasar yang normal. Gubernur Bank Sentral AS Ben Bernanke menyimpulkan, suku bunga di AS tidak layak masuk hitungan.

NYSE Liffe US, kontrak berjangka yang diselenggarakan oleh NYSE Euronext, dikatakan bisa jadi alternatif LIBOR sebagaimana diutarakan CEO NYSE Liffe US CEO Tom Callahan.

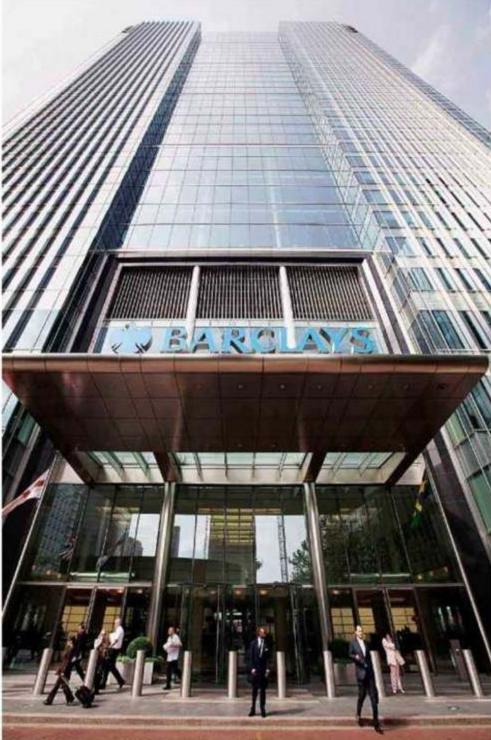
Acuan suku bunga di Eropa, apalagi London juga sudah tidak layak. Kawasan Eropa juga sedang mengalami kekeringan dana sehingga transaksi keuangan tidak menggambarkan transaksi faktual.

Asia, Amerika Latin, dan Timur Tengah adalah pemilik modal, tetapi juga belum jelas apakah kawasan ini bisa menawarkan acuan baru. Di sisi lain, peran serta perbankan AS dan Inggris masih tetap besar walau tidak lagi jadi patokan utama.

Masih ditunggu, suku bunga apa yang menjadi acuan baru. Sembari menunggu itu, kini bermunculan acuan suku bunga baru. Kanada menawarkan acuan suku bunga yang berlaku di negaranya, begitu juga Australia. Di Eropa, Bank Sentral Eropa (ECB) didesak menjadikan Euribor dijadikan acuan.

Otoritas Keuangan Singapura juga mengatakan Singapore interbank offered rate (SIBOR) digunakan untuk penentu suku bunga di negara itu.

Carney menyarankan "Canadian Dealer Offered Rate" yang ditentukan secara bersih. "Mungkin kita akan berujung pada penggunaan suku bunga yang berbeda untuk berbagai jenis mata uang," ujarnya.

GETTY IMAGES/OLI SCARFF

Sejumlah orang lalu lalang di depan kantor pusat Barclays Bank di distrik bisnis Canary Wharf, London, pada 28 Juni lalu. Bank terbesar keempat di dunia ini dikenai denda sebesar 290 juta poundsterling karena memanipulasi tingkat suku bunga pinjaman antarbank, LIBOR.

Namun, penentuan suku bunga tidak perlu dikhawatirkan. Sejak skandal belum merebak, berbagai alternatif suku bunga sudah dipakai untuk penentuan suku bunga pinjaman. Syarat dari sebuah suku bunga adalah berada di atas angka inflasi dari setiap mata uang.

Selama ini LIBOR punya 10 jenis suku bunga untuk 10 kurs mata uang kuat dunia. Juga ada LIBOR untuk 15 jenis suku bunga bagi berbagai jangka waktu pinjaman, dari jangka pendek hingga panjang. Ini karena berbagai mata uang memiliki tingkat inflasi berbeda dan pinjaman memiliki masa jatuh tempo yang berbeda.

(SIMON SARAGIH)

SKANDAL LIBOR

Aksi Penipuan di Tempat Terhormat

"Done... for you big boy." Jika diterjemahkan, arti kalimat ini adalah "Perintah telah dilaksanakan untukmu, sobat." Ini adalah bagian dari surat elektronik yang dituliskan seorang bankir dari Barclays kepada karyawan Barclays di divisi perdagangan. Si bankir meminta si pedagang menuliskan suku bunga LIBOR dengan angka yang lebih rendah dari seharusnya.

"*Dude, I owe you big time! Come over one day after work and I'm opening a bottle of Bollinger*." Atau, "Sobat, saya berutang padamu! Singgahlah sejenak suatu hari usai kerja dan saya akan mentraktirmu sebotol Bollinger." Ini adalah nama minuman alkohol tenar berharga mahal.

Percakapan lewat internet terkait kesediaan si pedagang memenuhi permintaan Barclays agar LIBOR dipatok rendah, sebagaimana ditulis di kantor berita Reuters, Jumat (20/7).

LIBOR kependekan dari London Interbank Offered Rate, atau suku bunga pinjaman antarbank di London. LIBOR ditetapkan berdasarkan rata-rata pinjaman antarbank, yang diawasi oleh Asosiasi Perbankan Inggris.

Tidak semua bank terlibat dalam penentuan LIBOR, hanya Norinchukin (Jepang), West LB (Jerman), UBS (Swiss), RBS (Inggris), RBC (Kanada), Rabobank (Belanda), JP Morgan (AS), HBOS (Inggris), HSBC (Inggris), Lloyds (Inggris), Deutsche Bank (Jerman), Credit Suisse (Swiss), Citibank (AS), Bank of Tokyo-Mitsubishi UFJ (BTMU) dari Jepang, Bank of America, dan Barclays (Inggris).

Mengapa LIBOR dipatok rendah? Menurut Reuters pada 11 Juli, ini untuk menunjukkan dalam keadaan uang ketat dan krisis keuangan, bank-bank kaliber internasional itu tetap bisa meraih dana berbunga murah.

Elizabeth Warren, anggota Kongres Amerika Serikat dari Partai Demokrat, yang pernah terlibat penanganan krisis keuangan AS memberi penjelasan dalam artikelnya di harian *Washington Post* edisi Jumat (20/7), berjudul "Penipuan LIBOR menelanjangi kelompok korup dari akar Wall Street yang Buruk".

Warren menulis, bagi peminjam dana, patokan suku bunga LIBOR yang rendah menguntungkan. Namun, tidak demikian bagi pemilik modal atau pemberi pinjaman. Lebih parah lagi, di pasar uang, ada triliunan dollar AS omzet transaksi derivatif, termasuk transaksi soal pergerakan suku bunga. Hal yang dipertaruhkan dalam transaksi derivatif ini antara lain pergerakan LIBOR. Pihak yang bisa memperkirakan secara tepat pergerakan LIBOR akan beruntung.

Dengan manipulasi LIBOR, bank-bank penentu LIBOR sudah tahu pergerakan LIBOR, yang sudah dimanipulasi sejak 2005. Hari demi hari, bulan demi bulan, dan tahun demi tahun, keuntungan diraih pelaku manipulasi dengan mengorbankan investor, yang tidak sadar bahwa taruhannya dipermainkan.

Mengapa praktik manipulasi berlangsung begitu lama? Ketika masih menjabat sebagai pimpinan Federal Reserve New York, Timothy Geihtner sudah memperingatkan ada yang salah dengan LIBOR, yang relatif rendah, di saat suku bunga harusnya sudah tinggi. Pekan lalu di Kongres AS, Gubernur Bank Sentral AS Ben Bernanke sudah mengatakan tidak bisa memercayai penentuan LIBOR.

Berkelit

Mervyn King, Gubernur Bank Sentral Inggris berkelit. Dia mengatakan AS tidak pernah menyampaikan peringatan itu. Warren menyimpulkan skandal LIBOR memperlihatkan fenomena sistem yang korup di sistem keuangan global.

Ellen Brown, pengacara yang juga Presiden Public Banking Institute (AS), menuliskan skandal LIBOR merupakan fenomena gunung es. LIBOR hanya bagian kecil dari praktik penipuan di sistem keuangan global.

Mengapa tidak ada gerakan menuju pengusutan serius terhadap para penipu, yang sudah semakin marak dalam lima tahun terakhir ini?

Muncul dugaan, semua ini dimainkan para bankir yang turut main mata dengan para regulator. Artikel di harian *Washington Post* edisi 6 Juli berjudul "The banking scandal Wall Street fears" secara implisit menuliskan kolaborasi antara regulator dan para bankir dalam melanggengkan manipulasi. Ini terjadi di tengah krisis keuangan, di mana lembaga bank dunia butuh duit banyak karena bangkrut, dan dana-dana diraih dengan cara apa pun, termasuk melakukan penipuan di tempat-tempat terhormat. (MON)

KONFLIK SURIAH

Suriah Utara, Zona Penyangga ala Libya

Impian kelompok oposisi Suriah memiliki wilayah aman—seperti Libya Timur pada revolusi Libya tahun lalu—hampir menjadi kenyataan. Keberhasilan Tentara Pembebasan Suriah (FSA) menguasai pos militer Anadan, 5 kilometer utara kota Aleppo, pekan lalu, membuka jalan terwujudnya zona penyangga di Suriah utara bagi oposisi. Pos militer Anadan dinilai sangat strategis karena terletak di jalan utama yang menghubungkan Aleppo dan wilayah perbatasan Turki.

Setelah pos militer Anadan dikendalikan FSA, pasokan logistik oposisi dari Turki kini tidak menemui hambatan lagi.

Pertempuran merebut pos militer Anadan diberitakan berlangsung selama 10 jam pada Minggu pekan lalu. Sepuluh orang tewas, enam dari pasukan pemerintah dan empat lainnya anggota FSA. Oposisi menawan 25 tentara pemerintah, dan menyita sedikitnya 8 tank yang berada di pos militer itu.

Dengan direbutnya pos Anadan, FSA mengklaim telah membangun zona aman di Suriah utara yang membentang dari kota Azaz di Provinsi Aleppo hingga Jisr Ash-Shugur di Provinsi Idlib. Menurut deputi panglima FSA, Kolonel Arif Hamud kepada harian *Asharq Al Awsat*, jalan utama antara Aleppo dan Turki selatan kini terbuka setelah Anadan dikuasai FSA.

Menurut Hamud, masyarakat internasional sejauh ini hanya berwacana saja membangun zona aman di Suriah. Kini FSA sendiri yang membangun zona aman di Suriah utara tanpa bantuan internasional. Kekurangan utama zona aman Suriah utara hanyalah belum dijadikan zona larangan terbang, seperti yang diberlakukan di Libya.

Suriah utara yang berbatasan dengan Turki adalah wilayah perbukitan yang penuh pepohonan, bahkan sejumlah hutan kecil. Panjang garis perbatasan Turki-Suriah mencapai 911 kilometer. Karena bentang alam yang sulit dan panjang itu, Suriah utara dikenal sebagai wilayah dengan kontrol pemerintah pusat yang paling lemah. Bagi FSA, kondisi ini menjadikan Suriah utara menjadi lokasi strategis untuk melancarkan perang gerilya terhadap pasukan pemerintah yang lebih unggul dalam persenjataan.

Di Suriah utara terdiri dari tiga provinsi, yaitu Idlib, Aleppo, dan Al Hasakah. Provinsi Idlib dan Aleppo sejauh ini menjadi wilayah paling bergejolak. Dua provinsi itu dikenal sebagai basis FSA yang paling kuat di Suriah.

Pasukan loyalis rezim Presiden Suriah Bashar al-Assad tampak kewalahan menghadapi FSA di Idlib dan Aleppo. Bahkan, belakangan Assad menarik pasukannya dari beberapa wilayah di utara. Tanggung jawab keamanan wilayah itu diserahkan kepada milisi Partai Uni Demokrasi yang berafiliasi ke etnis Kurdi. Partai ini dikenal dekat dengan Partai Pekerja Kurdistan (PKK) pimpinan Abdullah Ocalan. PKK adalah partai terlarang di Turki dan dikategorikan sebagai organisasi teroris.

Kekosongan otoritas di Suriah utara membuat PKK yang didukung Partai Uni Demokrasi Suriah mencuri peluang. Bendera PKK dan gambar Abdullah Ocalan diberitakan terpampang di Afrin dan kota-kota lain di Suriah utara.

Hal itu membuat Perdana Menteri Turki Recep Tayyip Erdogan marah besar. Erdogan menuduh Assad sengaja menyerahkan beberapa wilayah di Suriah utara kepada PKK sebagai aksi provokatif terhadap Turki. Erdogan menegaskan, Turki berhak memburu milisi PKK hingga wilayah Suriah utara.

Ia menambahkan, membangun zona penyangga di Suriah utara adalah salah satu opsi yang mungkin diterapkan untuk menangkal gerak milisi PKK.

Kantor berita Turki, Anatolia, Senin lalu memberitakan, sekitar 20 kendaraan pengangkut pasukan dan kendaraan lapis baja Turki bergerak menuju wilayah perbatasan Suriah. Sumber militer Turki yang dikutip harian *Asharq Al Awsat* mengungkapkan, gerakan militer Turki ke perbatasan Suriah bukan untuk perang, tetapi sekadar mengingatkan agar siapa pun jangan mengganggu keamanan wilayah Turki.

(MUSTHAFA ABD RAHMAN)
dari Kairo, Mesir)

HANDINING

SEREMONIA

Atlet Binaan PT KAI Sumbang Medali Pertama Olimpiade London 2012

Dirut PT KAI Ignasius Jonan (tengah) saat penyerahan penghargaan kepada atlet PABBSI peraih medali Asian Games Guangzhou 2010 lalu. Nampak Eko Yuli (keempat kiri) peraih medali pertama (perunggu) kontingen Indonesia dan Triyatno (keempat kanan) peraih medali perak pada Olimpiade London 2012.

Atlet angkat besi binaan PT KAI berhasil menjadi penyumbang medali bagi kontingen Indonesia di ajang Olimpiade London 2012. Dua atlet yang mengharumkan nama Indonesia tersebut adalah Eko Yuli Irawan dan Triyatno. Eko Yuli menjadi penyumbang medali pertama bagi kontingen Indonesia. Dia berhasil meraih medali perunggu di kelas 62 kilogram setelah menyelesaikan total angkatan seberat 317 kg dengan angkatan *snatch* 145 kg dan *clean and jerk* 172 kg. Eko berhasil mempertahankan prestasi yang diraihnya pada Olimpiade Beijing 2008. Lifter Indonesia kedua yang meraih medali adalah Triyatno dengan meraih medali perak di kelas 69 kg. Triyatno berhasil mengangkat total barbel seberat 333 kg lebih berat 1 kg dari total angkatan lifter Rumania. Prestasi Triyatno kali ini melebihi prestasinya dibandingkan Olimpiade Beijing 2008, yaitu medali perunggu. PT KAI melakukan pembinaan dalam bentuk pemberian peralatan latihan bagi PB PABBSI dan penghargaan bagi atlet berprestasi. [*/VTO]

Garuda Indonesia Luncurkan CD "The Sounds of Indonesia"

Sebagai bagian pengembangan layanan Garuda Indonesia Experience, layanan khas yang menampilkan hal terbaik dari Indonesia, pada bulan Oktober 2011, Garuda Indonesia bekerja sama dengan musisi Indonesia Addie MS mengeluarkan album kompilasi lagu daerah *The Sounds of Indonesia*. Untuk lebih memasyarakatkan CD *The Sounds of Indonesia* tersebut kepada masyarakat luas, pada hari Kamis, 26 Juli 2012, Garuda Indonesia melaksanakan peluncuran CD album yang disaksikan oleh Wakil Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Wiendu Nuryanti. *The Sounds of Indonesia* adalah inisiatif Garuda Indonesia untuk mengumpulkan lagu-lagu daerah dan tradisional dari seluruh penjuru Indonesia. Lagu ini kemudian akan diperdengarkan di setiap penerbangan Garuda Indonesia, di setiap *lounge*, dan kantor penjualan Garuda Indonesia. Hal ini sebagai upaya mengenalkan budaya Indonesia melalui layanan Garuda Indonesia Experience. Dengan diluncurkannya CD album *The Sounds of Indonesia* ini, masyarakat sudah dapat memperoleh album tersebut di toko-toko musik di Indonesia. [*/VTO]

Presiden Susilo Bambang Yudhoyono memberikan pernyataan terkait pengungsi etnis Rohingya di Myanmar, Sabtu (4/8), di kediaman pribadi Puri Cikeas Indah, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Presiden menyatakan, Pemerintah Indonesia siap berdiplomasi dalam penyelesaian pengungsi Rohingya di Myanmar.

KOMPAS/C WAHYU HARYO PS

Indonesia Siap Bantu

Pengusiran Etnis Rohingya Masalah Kemanusiaan

BOGOR, KOMPAS — Pemerintah Indonesia siap berdiplomasi dan melakukan upaya lain untuk membantu penyelesaian masalah konflik komunal dan pengungsian etnis Rohingya di Myanmar. Indonesia berharap konflik ditangani serta diselesaikan secara bijak, adil, tepat, dan tuntas.

"Pemerintah Indonesia tidak hanya prihatin, tetapi telah, sedang, dan terus melakukan upaya, baik diplomasi maupun upaya lain, berkaitan dengan isu kemanusiaan atas etnis Rohingya di Myanmar," kata Presiden Susilo Bambang Yudhoyono dalam pernyataan kepada pers, Sabtu (4/8), di Cikeas, Bogor.

Pemerintah Indonesia, kata Yudhoyono, secara multilateral dan di tingkat regional aktif membahas permasalahan etnis Rohingya. Indonesia juga menerima pengungsi Rohingya. Saat ini tercatat ada 270 pencari suaka dan 124 pengungsi Rohingya di Indonesia.

"Indonesia telah bekerja sama dengan badan PBB dan lembaga internasional lain untuk menyelesaikan pengungsi, memberikan status kepada mereka," ujarnya.

Indonesia juga mengusulkan agar Pemerintah Myanmar juga mengundang Organisasi Kerja Sama Islam (OKI) untuk melihat lokasi terjadinya konflik komunal tersebut. Hal ini diperlukan agar OKI bisa membantu menyelesaikan konflik di sana. Sebelumnya, Pemerintah Myanmar mengundang PBB dan diplomat asing untuk melihat langsung ke tempat terjadinya konflik.

Presiden Yudhoyono juga telah berkirim surat kepada Presiden Myanmar Thein Sein, untuk menyampaikan harapan Indonesia agar Pemerintah Myanmar dapat menyelesaikan permasalahan etnis Rohingya sebaik-baiknya.

"Indonesia menyerukan agar perlindungan minoritas sungguh diberikan dan pembangunan kampung yang rusak bisa dilakukan. Indonesia siap memberikan bantuan dan kerja sama, sebagaimana yang Indonesia lakukan dalam mendukung Myanmar untuk melakukan proses demokratisasi," kata Yudhoyono.

Secara terpisah, dalam diskusi mengenai nasib pengungsi Rohingya, rohaniwan Katolik, Franz Magnis-Suseno, mendesak Pemerintah Indonesia bersikap tegas dan mengimbau Myanmar atas kebijakannya terhadap etnis Rohingya yang bisa memecah persatuan ASEAN.

Persoalan kemanusiaan

Ketua Komnas HAM Ifdhal Kasim dalam diskusi tersebut menilai, apa yang terjadi di Myanmar itu adalah kekerasan negara terhadap warga negara tanpa melihat dari agama dan suku apa dia berasal. "Negara membiarkan itu terjadi dan tak mencegahnya. Ini adalah pelanggaran serius yang dilakukan oleh negara," katanya.

Ketua PBNU Masdar Farid Masudi, pembicara lainnya, mengatakan, meskipun ada nuansa keagamaan dalam tragedi pengusiran etnis Rohingya, tetap harus dilihat bahwa ini merupakan persoalan kemanusiaan. "Untuk menyelesaikannya harus pakai perspektif kemanusiaan supaya lebih bijak dan semua orang bisa terlibat," ujarnya.

Pertanyaannya, adakah konvensi internasional yang memberi kewajiban kepada Myanmar untuk memberikan hak dan status warga negara kepada etnis Rohingya. "Sebab, kalau pilihan politik rezim berkuasa di Myanmar adalah menolak memberikan kewarganegaraan kepada etnis Rohingya, ini agak rumit," kata Masdar.

Perwakilan Indonesia di ASEAN Intergovernmental Commission on Human Rights Rafendi Djamin mengatakan, ASEAN sedang menyusun naskah deklarasi piagam HAM yang jadi patokan norma bagi negara-negara anggotanya. Di tingkat global sebenarnya ada konvensi hak sipil dan politik yang antara lain adalah pencegahan seseorang untuk tidak memiliki kewarganegaraan.

"Untuk konvensi mencegah *stateless* ini, Indonesia belum menjadi negara pihak yang meratifikasi, apalagi Myanmar," ujar Rafendi. (WHY/BIL)

OLIMPIADE LONDON 2012

Perbaikan Hasil Jadi Target di 2016

JAKARTA, KOMPAS — Lifter Indonesia, Triyatno dan Eko Yuli Irawan, tidak akan berlama-lama istirahat seusai mempersembahkan medali perak dan perunggu pada Olimpiade London 2012. Target mereka adalah mempertahankan dan memperbaiki hasil mereka di SEA Games 2013 dan Asian Games 2014.

"Kami juga berharap bisa memulai persiapan secara bertahap untuk Olimpiade 2016 mendatang," kata Triyatno, lifter peraih medali perak bagi Indonesia, tak lama setelah tiba di Bandara Internasional Soekarno-Hatta, Tangerang, Banten, Sabtu (4/8). Hal itu diamini Eko Yuli Irawan, lifter yang mempersembahkan medali perunggu bagi Indonesia dari kelas 62 kilogram.

Kedatangan Triyatno dan Eko Yuli Irawan serta rombongan cabang olahraga angkat besi Indonesia disambut langsung Ketua Umum PABBSI Adang Daradjatun, Wakil Ketua PABBSI Djoko Pramono, dan Sekretaris Umum PABBSI Sonny Kasiran.

Selain Triyatno dan Eko, rombongan cabang angkat besi yang tiba di Tanah Air terdiri dari pelatih Lukman, Dirja Miharja, dan Sodikin serta beberapa lifter, termasuk Ni Luh Shinta Darmariani, lifter putri Indonesia yang dibawa ke London untuk menjadi lifter cadangan.

Persiapan mepet

Triyatno dan Eko secara bergantian mengatakan, persaingan di kelas yang mereka ikuti sangat ketat. Terutama dari lifter-lifter asal Korea Utara, China, dan Uzbekistan.

Namun, menurut Triyatno, lifter Indonesia akan punya peluang lebih baik apabila persiapan dilakukan lebih lama.

"Kami hanya bersiap diri selama enam bulan. Bahkan, persiapan terfokus baru pada dua bulan terakhir menjelang kompetisi. Kalau lebih lama lagi persiapannya, saya rasa Indonesia bisa memperoleh hasil lebih baik," katanya.

Baik Triyatno maupun Eko terus terang mengakui, mereka agak terganggu ketika mengetahui uang saku bagi atlet belum dibagikan saat mereka berangkat. "Namun, kami tetap berusaha untuk fokus. Yang penting pertandingan dulu," katanya.

Lifter pelapis

Adang Daradjatun dalam kesempatan itu mengakui, hingga saat ini belum muncul lifter yunior untuk melapis Triyatno, Eko Yuli Irawan, dan lifter senior lainnya. Kendala dana, menurut Adang, menjadi salah satu hal krusial dan belum terpecahkan.

Mantan Wakil Kepala Polri itu mengatakan, idealnya, satu lifter senior punya tiga hingga empat lifter yunior. Hal itu sudah jamak di negara lain, seperti China, Korea Selatan, dan negara Eropa Timur. "Pelapis-pelapis belum ada," katanya.

Lukman, sang pelatih, mengatakan, raihan medali dari tiga kali keikutsertaan Indonesia di olimpiade seharusnya bisa membuka mata pemerintah untuk lebih memperhatikan pembinaan dan pengembangan cabang angkat besi. (MHD)

Pertempuran Baru Pecah di Damaskus

(Sambungan dari halaman 1)

Di tengah pertempuran yang kembali berkobar di Damaskus, 48 warga Iran yang berziarah dikabarkan diculik dari bus yang mereka tumpangi. "Kelompok teroris bersenjata menculik 48 peziarah Iran dalam perjalanan mereka menuju bandara," ujar Majid Kamjou, Kepala Urusan Konsuler Kedutaan Iran di Damaskus, kepada situs berita IRIB.

"Kami belum mendapat laporan nasib para korban. Kedutaan Besar Iran dan Pemerintah Suriah berusaha mengejar para pelaku," ujarnya.

Ratusan ribu warga Iran mengunjungi Suriah setiap tahun untuk berziarah ke tempat suci Syiah di Damaskus. Teheran adalah sekutu dekat Assad, dan puluhan warga Iran menjadi korban penculikan kelompok perlawanan yang berasal dari mayoritas Sunni. Puluhan peziarah dan insinyur Iran diculik pada Desember dan Januari lalu meski sebagian sudah dibebaskan.

Stasiun televisi

Di Aleppo, Tentara Pembebasan Suriah (FSA) yang beroposisi dikabarkan menyerang gedung instansi penyiaran di Distrik Salaheddine, Jumat malam. FSA menyerbu kompleks televisi dan radio dan menduduki gedung tersebut selama beberapa jam. Namun, mereka terpaksa mundur karena penembak jitu dan militer Suriah mengepung kompleks tersebut.

"Tentara Pembebasan Suriah menyerang Salaheddine hingga Al-Adhamiya dan menghadapi perlawanan pasukan pemerintah. Namun, mereka harus mundur," kata aktivis oposisi Barraa al-Halabi kepada Reuters.

Mu'awiya al-Halabi (19), yang terlibat dalam pertempuran tersebut, mengatakan, penembak jitu mengincar anggota FSA. "Kami berhasil masuk dan menduduki tempat itu selama beberapa jam setelah bertempur dengan mereka. Namun, mereka mengirim penembak jitu dan mengepung kami. Saat pagi tiba, mereka mulai menembak," ujarnya.

Lembaga Pemantau HAM Suriah mengonfirmasi pertempuran di dekat stasiun televisi dan radio di Aleppo. Siaran televisi pemerintah di kota itu dilaporkan telah diputus.

Asap tebal mengepul di atas Distrik Salaheddine, yang menjadi pintu masuk bagi pasukan Suriah menuju kota yang dihuni 2,5 juta penduduk itu. FSA berusaha keras merebut Aleppo, sementara pasukan Suriah berusaha keras mempertahankannya karena hasil akhir perebutan Aleppo diyakini akan menentukan hasil akhir konflik di Suriah.

FSA mulai berada di atas angin setelah menguasai pos militer Anadan di utara Aleppo, pekan lalu. Pendudukan pos militer Anadan melancarkan jalur logistik bagi oposisi dari perbatasan Turki menuju Aleppo.

Namun, seorang petinggi militer Suriah mengatakan, pertempuran di Aleppo belum lagi dimulai. Serangan pasukan pemerintah ke wilayah yang sebagian besar dikuasai oposisi itu disebut sebagai "hidangan pembuka" dari serangan besar yang akan datang.

"Pertempuran Aleppo baru dimulai. Hidangan utama akan datang kemudian," ujarnya, sambil mengatakan, pemerintah segera mengirim pasukan dan persenjataan untuk menguasai kota itu. Setidaknya 20.000 personel pasukan pemerintah akan dikerahkan. (REUTERS/AFP/AP/WAS)

Bukber, Kemeriahan Milik Semua

(Sambungan dari halaman 1)

acara peluncuran produk hiburan yang meriah, seperti pada konferensi pers LA Lights Meet The Labels 2012. Detik-detik menjelang waktu berbuka dibuat dramatik. Caranya, sang pembawa acara menghitung dengan aba-aba. "Satu... dua... tiga! Ya, waktu berbuka telah tiba!" teriaknya.

Tamu yang hadir pun menyambut aba-aba si pembawa acara dengan tepuk tangan dan seruan, "*Horeee...!*" Lalu, mereka mulai menyantap aneka makanan, diiringi permainan musik Joshua March, band asal Jakarta hasil audisi LA Lights Meet The Labels 2012.

Reuni, karaoke

Lain lagi cerita Wahyu Handoyo, peneliti pada Bank Dunia di Jakarta. Kesempatan bukber selalu jadi ajang reuni teman sekolah dan kuliah. "Ini sudah jadi momen sosial di mana kita tiba-tiba punya kebutuhan untuk bertemu," kata Wahyu yang sepekan ini hadir di tiga acara bukber dengan teman-teman yang berbeda di tiga mal.

Mal menjadi tempat yang kerap dipilih untuk bukber karena pertimbangan kepraktisan. Selain area parkir relatif luas, pilihan tempat makannya juga banyak. Rata-rata restoran di mal dan hotel juga menyediakan bonus takjil, bahkan paket promosi Ramadhan.

Bukber kian penting karena tidak mudah bagi mereka bertemu secara fisik mengingat domisili dan lokasi kerja yang berjauhan. Di tengah kondisi lalu lintas yang makin kacau, komunikasi melalui *gadget* efektif mengikat kesinambungan silatu-rahim di antara mereka. Di ruang virtual, mereka berbagi aneka persoalan pengasuhan anak. Saat kopi darat dalam bukber, mereka mendapat energi emosi tersendiri.

Bukan hanya mal dan restoran hotel yang dipadati rombongan bukber. Tempat hiburan seperti tempat karaoke pun marak jadi ajang bukber. Di tempat karaoke Inul Vizta FX Senayan, misalnya, reservasi pengunjung selama Ramadhan memuncak antara pukul 17.00 dan 21.00.

"Setiap hari selalu ada rombongan buka bersama di sini. Kalau ambil paket, kami kasih *free* karaoke dua jam dan *free* takjil juga," ujar Manajer Operasional Iskandar Zulkarnaen.

Khas Indonesia

Buka puasa juga menjadi ajang warga berbagi rasa syukur dan kegembiraan. Kamis (2/8) petang, sekitar 500 anak yatim piatu dan kaum duafa berbuka puasa di Ballroom Hotel Crowne Plaza, Jakarta. Acara yang digelar Hotel Crowne Plaza dan Yayasan Jiwa Ramah Sesama ini, antara lain, dimotori artis Jenny Rachman.

Sebelum ceramah agama yang dibawakan Ustaz Solmed, pembawa acara memandu anak-anak meneriakkan yel-yel. "*Are you ready*...? Anak-anak pun menjawab, "*Ready*, Ustaz!"

Ustaz Solmed pun muncul dengan jubah berwarna merah, dan berceramah. Ketika tiba saat berbuka, aneka makanan hasil racikan *chef* hotel disuguhkan kepada anak-anak yatim piatu dan kaum duafa ini.

Acara bukber juga jadi tradisi sejumlah kedutaan besar (kedubes) negara sahabat di Indonesia, salah satunya Kedubes Inggris. Asisten Media dan Komunikasi Kedubes Inggris Putri Wulan Tary menuturkan, Kedubes Inggris memandang acara buka puasa bersama sebagai kultur khas masyarakat Indonesia.

"Di Indonesia acara buka puasa bersama lebih ke momen sosial, tidak hanya yang berpuasa atau Muslim yang bisa ikut hadir, tetapi siapa pun. Itu sangat menarik bagi orang Inggris. Karena itu, acara buka puasa bersama tergolong agenda penting yang dipersiapkan serius," ujarnya.

Kamis lalu pun kediaman resmi Duta Besar Inggris di kawasan Taman Suropati ramai oleh tamu undangan bukber. Halaman belakang disulap menjadi *function hall*, semacam ruang untuk berkumpul. Sementara ruang makan dijadikan mushala, lengkap dengan sajadah dan mukena.

Jaring isu

Acara bukber juga strategis untuk mengakomodasi bermacam-macam kepentingan. Pejabat dan instansi negara tak ketinggalan menggelar acara bukber, juga para politisi.

Selama bulan Ramadhan, Gubernur DKI Jakarta Fauzi Bowo—kerap dipanggil Foke—yang juga calon gubernur (cagub) pada pemilu kepala daerah tahun ini, bukber keliling setiap hari. Seusai berbuka di satu lokasi, ia melanjutkan dengan Tarawih di lokasi berbeda.

"Menghadapi putaran kedua. Saya titip itu saja. Niat saya jadi gubernur baik. Doakan saya," ujar Foke di acara bukber anggota Koperasi Wahana Kalpika, di Pulogadung, Rabu (1/8).

Cagub DKI Jakarta lainnya, Joko Widodo—biasa disebut Jokowi—melewatkan lebih dari sepekan pertama Ramadhan untuk umrah. Jumat lalu ia diundang Kelompok Diskusi Indovasi bentukan alumni Institut Teknologi Bandung untuk bukber pertama di Jakarta. Namun, mendadak ia mengabarkan baru bisa tiba di tempat acara sekitar pukul delapan malam.

"Jokowi *ketahan* di Lenteng Agung. Ya, kami tunggu saja. Malah nanti bisa diskusi sampai malam sama Jokowi. Kayaknya bakal banyak bahas infrastruktur nih, kami di sini kan kebanyakan *engineer*," ujar Adam Wahab, salah seorang tamu.

Direktur Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Jakarta Azyumardi Azra menegaskan, bukber di Indonesia memang fenomena kultural, tidak lagi hanya milik masyarakat Muslim negeri ini. "Ini tradisi yang baik untuk mempererat kohesivitas sosial masyarakat kita," ujarnya.

Meski demikian, Azyumardi mengingatkan, kemasan bukber kadang jadi pengalih perhatian dari ibadah puasa itu sendiri. Di sisi lain, acara ini juga jadi incaran komodifikasi yang mendongkrak konsumsi.

"Akhirnya berpulang pada diri sendiri, bagaimana kita menghadapi godaan hedonisme dan dorongan konsumsi. Komodifikasi agama itu sebenarnya kita hadapi di mana saja, setiap hari, bukan hanya saat berpuasa," ujarnya. (WKM/SF/BSW)

Genset Terbakar, Tujuh Tewas

(Sambungan dari halaman 1)

Penyebabnya masih dalam penanganan untuk memastikan.

Berdasarkan pantauan di lokasi, genset yang diduga menjadi pemicu kebakaran berada di sebuah kamar berukuran kecil di depan rumah. Rumah yang terbakar itu juga tidak mempunyai pintu belakang sehingga satu-satunya pintu keluar adalah di bagian depan, yang saat kejadian hangus dilalap api.

Kelalaian manusia

Dari data Dinas Kebakaran Kota Semarang, selama Januari hingga awal Agustus 2012 terjadi 113 kebakaran di Kota Semarang. Kebanyakan kebakaran terjadi akibat hubungan pendek arus listrik (korsleting) serta kelalaian manusia.

Kepala Bidang Operasional dan Pengendalian Dinas Kebakaran Kota Semarang Marsono mengakui, dinas kebakaran selalu mengimbau warga agar waspada dan menjauhkan barang yang mudah terbakar dari api. Petugas juga selalu siap 24 jam dengan enam mobil pemadam kebakaran untuk membantu warga. "Dalam peristiwa di Rejosari, mobil pemadam kebakaran sulit masuk lokasi sebab gang yang sempit," ujarnya.

Pelaksana Tugas Wali Kota Semarang Hendrar Prihadi langsung mengunjungi lokasi kejadian. Ia menyatakan belasungkawa kepada keluarga korban. Pemerintah juga akan memberikan tali asih kepada keluarga korban.

"Saya mengimbau warga agar selalu mengecek instalasi listrik dan gensetnya. Pada musim kemarau ini, sedikit percikan api saja bisa menyebabkan kebakaran," lanjutnya.

Benahi regulasi

Terkait terus terjadinya kebakaran rumah dan bangunan, pengamat properti Panangian Simanungkalit, Sabtu di Bali, menyarankan pemerintah daerah segera membenahi regulasi terkait perumahan. Aturan yang lebih terperinci dapat saja disusun untuk mendorong keselamatan warga yang lebih tinggi.

"Sebenarnya kejadian di Semarang itu langka. Kebakaran rumah yang diawali genset yang terbakar atau meledak. Namun, kasus ini dapat dijadikan pembelajaran," katanya. Dalam berbagai kasus kebakaran yang dicatat *Kompas*, memang baru kejadian di Semarang yang diduga berawal dari genset terbakar.

Menurut Panangian, selama ini tak ada keharusan membangun akses pintu kedua saat rumah dibangun. "Pemda bisa saja mengatur, jika lahan dan lokasinya memungkinkan, harus dibuat pintu kedua," katanya.

Menurut Panangian, pembuatan jalur evakuasi seperti di gedung bertingkat layak dipertimbangkan. "Lebih masuk akal daripada mengganti seluruh bahan bangunan dengan bahan antiapi. Sulit mencegah kerusakan hebat di rumah sebagai akibat ledakan genset," ujarnya.

Puncak kemarau

Sebaliknya, Kepala Subbidang Peringatan Dini Iklim Badan Meteorologi, Klimatologi, dan Geofisika Erwin Eka Syahputra Makmur, di Jakarta, Sabtu, mengakui, kebakaran rumah tak terlalu relevan dikaitkan dengan musim. Musim kemarau saat ini lebih berpotensi memicu bahaya kebakaran di hutan dan lahan. Ada faktor lain, selain cuaca, yang memicu kebakaran permukiman atau bangunan.

Erwin mengingatkan, kebakaran hutan atau lahan bisa saja terjadi pada masa-masa ini. Apalagi, cuaca sudah terasa sangat kering dan panas. Namun, puncak kemarau masih terjadi pada Agustus-September.

Atmosfer terasa kering karena pada musim kemarau seperti saat ini keberadaan awan sangat minim. Ini menyebabkan energi radiasi Matahari langsung menerpa Bumi, tak terhalang awan.

"Radiasi Matahari yang langsung mengenai Bumi kita membuat cuaca terasa kering. Kalau di hutan, ini bisa membuat pepohonan kering dan menimbulkan kebakaran," ujar Erwin.

Radiasi Matahari menyebabkan penguapan air meningkat, tetapi tak disertai turun hujan. Kondisi ini membuat titik api mulai marak di areal hutan, terutama di Provinsi Riau, Kalimantan Barat, dan Kalimantan Tengah.

"Kalau di Australia, kebakaran permukiman terjadi karena api yang menjalar dari kebakaran hutan," ujarnya. Di Indonesia selama ini belum tercatat adanya kebakaran permukiman yang diawali dengan kebakaran hutan.

Sesuai catatan *Kompas*, selama tahun 2012, kebakaran di permukiman atau bangunan lebih karena korsleting, ledakan kompor gas, dan kelalaian manusia.

(HEN/WHO/UTI/RYO/ICH)

KOMPAS

STAF REDAKSI: Bambang Sukartiono, Taufik Mihardja, S. J. Osdar, Chris Pudjiastuti, Pieter P. Gero, Sri Fitrisia Martisasi, M. Suprihadi, Myrna Ratna M., ...

KANTOR REDAKSI: Jl. Palmerah Selatan 26-28, Jakarta 10270 TELEPON: 534 7710/20/30, 530 2200 FAX: 548 6085/548 3581 ...

YAYASAN DANA KEMANUSIAAN KOMPAS: Rekening BCA cab Gajah Mada, Jakarta Nomor A/C 012.302143.3 E-MAIL: kompas@kompas.com

WARTAWAN "KOMPAS" SELALU DIBEKALI TANDA PENGENAL DAN TIDAK DIPERKENANKAN MENERIMA/MEMINTA APA PUN DARI NARASUMBER.

FOTO PEKAN INI

Terdampar di Tanjung Pakis, Berakhir di Tanjung Beting...

Paus jenis *sperm whale*, yang panjangnya sekitar 12 meter, terdampar di Pantai Tanjung Pakis atau Pantai Sompek, Pakis Jaya, Karawang, Jawa Barat, Rabu (25/7). Penduduk geger. Ada yang berusaha menyelamatkan paus dengan menarik ekornya dengan perahu, ada juga yang menaiki paus dan berfoto-foto di atasnya. Pantai pun ramai oleh ribuan orang yang ingin menonton paus.

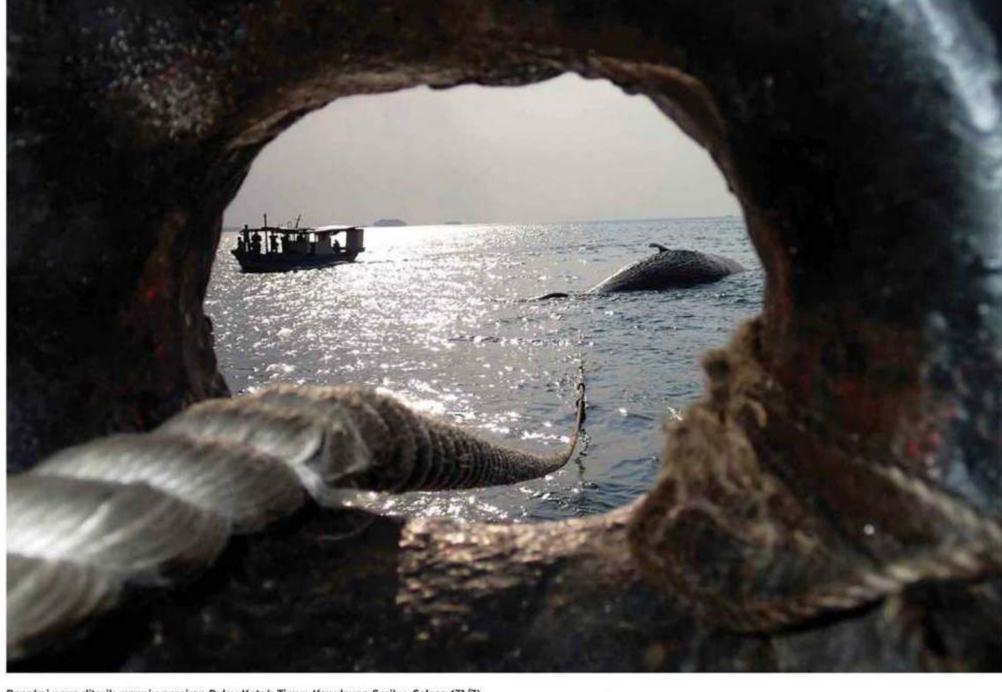
Di tengah hiruk-pikuk itu, sejumlah relawan berjuang menyelamatkan hewan malang tersebut. Jakarta Animal Aid Network bersama SAR Tagana dan Sagara Karawang, sejumlah penyelam dari berbagai klub dan perseorangan pada komunitas Scuba Diver Indonesia, dibantu Pokmaswas Karawang serta muspika setempat turun sejak Kamis pekan lalu.

Pada Jumat (27/7) siang, kapal KN 348 dan KN 206 dari Pangkalan Penjagaan Laut dan Pantai Kelas I Tanjung Priok bergabung. Disusul kapal *tugboat* dari Pertamina. Kapal-kapal yang sedianya siap menarik paus tidak dapat merapat karena kendala kedangkalan. Paus masih hidup, tetapi tampak makin lemah.

Misi dilanjutkan Sabtu (28/7). Pasukan katak Yon Ban Satuan 81 Kopassus Gultor Cijantung dan Grup 1 Kopassus Serang bergabung. Pada siang hari, kapal KN 348 berhasil merapat hingga 50 meter dari paus. Tali dapat dikaitkan dan paus perlahan ditarik dari kedalaman 1,5 meter. Penarikan dilanjutkan oleh kapal *tugboat* Arjuna 1 PT Pelabuhan Indonesia II. Paus ditarik ke perairan berkedalaman 20 meter. Semua bersorak haru. Relawan pun pulang. Hingga sore, paus dijaga oleh KP 213 Kapal Pengawas Perikanan dari Sitjen Pengawasan Sumber Daya Kelautan dan Perikanan.

Tak diduga, paus kembali terdampar Minggu (29/7) pagi di Tanjung Beting, Muara Gembong, sekitar 20 kilometer dari posisi awal paus terdampar. Kali ini paus tidak selamat. Bangkai paus kemudian ditarik ke perairan Pulau Kotok Timur, Kepulauan Seribu, Jakarta, Senin lalu.

Pada Selasa lalu, bangkai itu rencananya ditenggelamkan dengan diselimuti jaring dan pemberat. Apabila bangkainya terurai oleh alam, tulang paus rencananya akan diambil atau dimanfaatkan untuk pendidikan.

Teks dan Foto-foto: Lasti Kurnia

Bangkai paus ditarik menuju perairan Pulau Kotok Timur, Kepulauan Seribu, Selasa (31/7).

Berhasil lepas, Sabtu (28/7).

Penyelamatan penuh risiko, Jumat (27/7).

Memasang rangkaian tali, Sabtu (28/7).

Pemakaman, Rabu (1/8).

GEOWEEK

Dari Mana Asal "Jolly Roger"??

"Jolly Roger", bendera yang biasa dikibarkan para perompak untuk menebarkan teror kepada calon korban, sering kita lihat di film-film bertema perompak. Terlepas posisinya dalam sejarah dan folklor, asal muasal bendera perompak itu tidak diketahui. Bendera bergambar tengkorak dengan tulang melintang pertama kali disebut dalam sebuah catatan harian kapal sekitar akhir 1600-an.

Ada sejumlah kemungkinan asal istilah Jolly Roger. Warna asli bendera perompak adalah merah, itu merupakan sinyal umum angkatan laut di abad ke-17 yang berarti "tak ada ampun". Jadi, sangat mungkin istilah bahasa Perancis "jolie rouge" yang artinya "merah cantik" disalahterjemahkan sebagai "jolly roger" dalam bahasa Inggris.

Istilah Jolly Roger pertama kali muncul dalam "A General History of the Pyrates" (1724) karya penulis Inggris, Charles Johnson. Menurut buku tersebut, istilah itu digunakan untuk bendera perompak berwarna hitam. Bendera hitam—yang secara universal digunakan untuk karantina atau wabah penyakit—oleh para perompak ditambahi dengan gambar tengkorak dan tulang menyilang, yang merupakan simbol universal untuk kematian.

Sejumlah perompak memersonifikasi bendera mereka dengan simbol-simbol yang memiliki makna beragam. Gambar Jolly Roger yang paling menarik dan dikenal luas adalah Blackbeard.

Beberapa bendera perompak: Edward Teach alias Blackbeard

Thomas Tew

Henry Every alias Long Ben

Stede Bonnet

Edward England

Christopher Moody

John Rackham alias Calico Jack

Kawasan Perompak 1600-an–1800-an

Samudra Atlantik

Samudra Hindia

Bill Pitzer – wmpitzer@infoartz.com • Copyright © 2012 The New York Times Syndicate

Santap: Tiga Jam untuk Lebanon

Berbuka puasalah dengan "jallab", minuman sari kurma dan air mawar yang manis dan harum. Seharum kelopak mawar dari Taif, kota di Arab Saudi yang menjadi saksi perjanjian penghentian perang di negeri cantik, Lebanon.

>>HAL 16

BUKA PUASA

PAKET "NGABUBURIT"

DARI RESTO SAMPAI BIOSKOP

Kesenangan orang Jakarta menikmati buka bersama membuka lebar peluang bisnis. Pengelola tempat makan, bioskop, tempat karaoke, hingga salon punya cara promosi yang dinamai serupa: Paket Ramadhan.

KOMPAS/TOTOK WIJAYANTO

Pengunjung antre membeli makanan berbuka puasa di Food Louver Skybridge, Grand Indonesia, Jakarta, Rabu (1/8). Selama bulan Ramadhan, tempat makan di berbagai pusat perbelanjaan dipenuhi oleh pengunjung yang ingin berbuka bersama dengan keluarga ataupun rekan-rekannya.

OLEH YULIA SAPTHIANI

Menjelang pukul 17.00, semua meja di restoran Nanini, Plaza Senayan, Jakarta, yang bisa menampung hingga 200 orang sudah ditandai *reserved*. Pukul 17.30, kursi pun terisi penuh meski waktu buka puasa baru setengah jam kemudian.

Mereka yang datang langsung tanpa memesan tempat hanya bisa pasrah, menunggu yang datang lebih dulu selesai menikmati santapan. Mencari tempat lain, apalagi menjelang detik-detik berbuka, bukan solusi.

Perhatikan saja tempat makan model *foodcourt* yang ada di setiap pusat perbelanjaan, termasuk di Food Louver, Grand Indonesia. Dengan sistem siapa cepat dia dapat, orang berkompetisi datang lebih dulu demi mendapat tempat. Tak jarang, satu orang "dikorbankan" datang lebih dulu untuk mengamankan tempat.

Pertengahan pekan lalu, misalnya, menjelang waktu beduk maghrib, semua kursi sudah diduduki. Padahal, antrean pembeli di setiap kios masih ramai. Akibatnya, banyak yang harus berkeliling mencari kursi sambil membawa makanan dalam baki.

"Kamu jalan duluan *deh*, cari kursi. Aku *diem* di sini dulu, berat bawa makanan," kata Siska kepada temannya. Karena tiba di Food Louver menjelang detik-detik berbuka, mereka pun repot mencari tempat sambil membawa makanan.

Gagal mendapat meja yang benar-benar kosong, mereka akhirnya memutuskan menyelip di antara pengunjung lain dalam satu meja. "Yang penting dapat tempat," kata Siska.

Di Holycow! Steakhouse by Chef Afit, perjuangan untuk mendapat tempat tak kalah heroik. Banyak di antara mereka yang harus menunggu dua jam demi bisa buka bersama (bukber) dengan steak wagyu.

Lewat pukul 17.00 ketika semua kursi telah terisi penuh, pelanggan yang datang belakangan diberi nomor antrean. "Ada yang antre sejak pukul 17.30, baru dapat tempat sekitar pukul 19.30. Mereka tetap menunggu daripada sulit mencari tempat lain," kata Afit D Purwanto, pemilik restoran. Untuk mereka yang terpaksa antre berjam-jam, Afit pun menyediakan minum untuk berbuka.

Sebenarnya, menurut Afit, jumlah mereka yang datang sore hingga malam hari ketika bulan puasa tak berbeda jauh dengan waktu di luar bulan puasa. Namun, antrean saat puasa lebih terlihat ramai karena pengunjung datang berombongan.

"Rata-rata 2-5 orang. Namun, banyak juga yang datang sampai belasan orang," kata Afit, yang tak pernah menerapkan sistem pesan tempat di restorannya.

Beberapa tempat makan, seperti Nanini, masih memperbolehkan pelanggannya memesan tempat. Namun, besarnya minat pelanggan untuk buka puasa di tempat ini membuat pihak restoran harus memberikan batas waktu 20 menit dari jadwal kedatangan.

"Kalau melewati batas waktu, tempatnya kami alihkan kepada yang lain. Soalnya pernah ada yang memesan tempat, tetapi tidak jadi datang. Kami jadi tidak enak sama orang yang menunggu," kata Terry Wijaya Supit, salah satu pemilik Nanini.

Hal serupa dilakukan restoran Din Tai Fung, Plaza Arcadia. Karyawan di bagian reservasi memberi tahu waktu tenggang 15 menit kepada setiap pelanggan yang memesan tempat di sekitar waktu buka puasa.

Promosi Ramadhan

Kesenangan orang Jakarta untuk bukber juga dipandang sebagai peluang oleh tempat hiburan, seperti bioskop dan karaoke. Tak kalah dengan restoran, mereka membuat paket Ramadhan.

Bioskop Blitz Megaplex, misalnya, punya paket tersebut untuk mereka yang hobi *nonton*. Paket berisi lengkap berupa tiket *nonton* (dengan potongan harga tertentu untuk film yang diputar pukul 16.00-19.00), pilihan makanan, minuman, serta voucer diskon untuk pembelian cendera mata dan bermain di Blitz Game Sphere.

Menurut Trisiska Putri Hapsari, Marketing Promo Manager Blitz Megaplex, paket tersebut dibuat sebagai pilihan *ngabuburit* untuk masyarakat. "Selama ini, orang bingung kalau mau *ngabuburit* dengan *nonton* film. Takut enggak bisa keluar saat buka puasa. Dengan paket ini, mereka bisa buka puasa sambil *nonton* film," tutur Trisiska.

Di tempat karaoke Inul Vizta FX Senayan, paket Ramadhan menyatukan harga setiap tipe ruang karaoke dengan paket sajian makanan dan minuman. Paket ini juga menawarkan ekstrakaraoke dua jam tanpa dikenai tambahan biaya. Tentu, tak ketinggalan makanan untuk buka puasa gratis.

Berkat promosi yang digenjot, waktu menjelang berbuka hingga sekitar 22.00 menjadi "jam padat" pengunjung bagi karaoke ini. "Setiap hari selalu ada rombongan yang buka bersama di sini. Biasanya mereka ambil paket *buffet* karena kapasitasnya 20 sampai 30 orang," ujar Manajer Operasional Inul Vizta FX Iskandar Zulkarnaen.

Ngabuburit dan bukber ternyata bisa juga dilakukan di klinik kecantikan. Momentum buka puasa, bagi pemilik klinik kecantikan Olivia Ong, merupakan waktu paling pas untuk bersilaturahim dengan klien, pasien, dan wartawan yang ia undang ke kliniknya. Olivia menggunakan kesempatan *ngabuburit* itu untuk memperkenalkan teknik injeksi terbaru dari Swiss dan Hongkong.

Sembari menunggu waktu berbuka, tamu disuguhi demonstrasi suntikan botoks, disambung presentasi rahasia kecantikan dengan suntik tersebut di pusat wajah tanpa bedah. Presentasi dibuat padat sehingga selesai sesaat sebelum waktu berbuka puasa.

Idi Subandy, pengamat komunikasi dan gaya hidup, berpendapat, orang Jakarta sekarang memang sedang gandrung untuk berkumpul, terutama di mal. Itu terjadi karena ikatan sosial kian tergerus oleh kesibukan dan persaingan hidup. "Ketika mal memfasilitasi orang untuk bertemu, tersedotlah orang ke mal," ujar Idi.

Fenomena acara bukber juga bisa dilihat sebagai gejala meningkatnya kegandrungan manusia urban terhadap keberagamaan di bulan puasa. Tempat-tempat yang tadinya dianggap sekuler pun diberi sentuhan simbol keagamaan agar bisa dijadikan sebagai arena bukber.

Yang terjadi saat ini, kegandrungan itu berlangsung dalam konteks konsumsi. Momen ritual seperti buka puasa pun berjalan beriringan dengan momen konsumsi.

(DAY/WKM/BSW)

KOMPAS/WAWAN H PRABOWO

Sebanyak 500 anak yatim piatu dan dhuafa mengikuti buka bersama di Hotel Crown Jakarta, Kamis (26/7). Kegiatan yang dimotori oleh Yayasan Jiwa Ramah Sesama tersebut juga disemarakkan dengan kehadiran sejumlah artis Ibu Kota.

KOMPAS/TOTOK WIJAYANTO

Dokter ahli kecantikan Olivia Ong memanfaatkan acara buka puasa bersama dengan memperkenalkan teknik suntik botox terbaru dari Swiss dan Hongkong di kliniknya yang berada di kawasan Senayan, Jakarta, Selasa (24/7).

Tradisi Buka Puasa Bersama

Buka puasa bersama kini seolah menjadi kegiatan yang tak terpisahkan dari ibadah di bulan Ramadhan. Kegiatan ini dilakukan oleh berbagai kalangan masyarakat, dari kelas bawah hingga kelas atas. Bahkan, di bulan Ramadhan, kegiatan politik pun menyesuaikan dengan jadwal puasa hingga dibungkus dengan acara buka puasa bersama. Bahkan, 89,7 persen responden jajak pendapat menjawab bahwa kegiatan tersebut memiliki manfaat secara sosial untuk membangun kebersamaan. Meskipun puasa baru menginjak hari ke-12, sudah 38,4 persen responden yang mengaku telah menghadiri acara buka puasa bersama.

(Umi/Litbang "Kompas")

Kegiatan Buka Puasa Bersama (dalam persen)

Jawaban	Persen
Bermanfaat	89,7
Tidak tahu/tidak jawab	5,8
Tidak perlu	4,5

Menghadiri Acara Buka Puasa Bersama (dalam persen)

Jawaban	Persen
Belum	57,5
Sudah	38,4
Tidak tahu/tidak jawab	4,1

N = 485

Metode Jajak Pendapat

Jajak pendapat dilakukan pada 1-3 Agustus di 12 kota besar, yaitu Jakarta, Bandung, Semarang, Yogyakarta, Surabaya, Medan, Palembang, Denpasar, Banjarmasin, Pontianak, Makassar, dan Manado. Dengan "sampling error" sebesar ± 4,8 persen, jajak pendapat ini tidak dimaksudkan untuk mewakili seluruh pendapat masyarakat.

GUNAWAN

FOTO-FOTO: KOMPAS/SARIE FEBRIANE

Pantai Bara dan Sekelilingnya

BERSEMBUNYILAH DI PANTAI BARA...

Perjalanan panjang untuk terdampar di pantai ini terasa sepadan ketika telapak kaki dibelai-belai pasir selembut tepung. Demi sebentang pantai tersembunyi berpasir putih dan laut biru. Sempurna untuk bersembunyi, kecuali dari tatapan rembulan di malam hari.

OLEH SARIE FEBRIANE

Sambil menunggu senja, Shinta Reinhard (50) mengenang almarhum suaminya yang sepuluh tahun lalu singgah di Pantai Bara ini, di tengah perjalanan bertualang dengan kapal di perairan Indonesia. Setibanya kapal ketika itu, sang suami yang berkebangsaan Jerman langsung jatuh cinta pada keluguan pantai tersembunyi ini. Pantai Bara terletak di kawasan Tanjung Bira, Kabupaten Bulukumba, Sulawesi Selatan.

"Kami membeli tanah di sini. Namun, baru tahun 2008 bungalo ini dibangun. Awalnya untuk tempat peristirahatan pribadi, tetapi akhirnya dimanfaatkan untuk penginapan seperti sekarang. Kalau sudah di sini rasanya sudah enggak kenal hiruk-pikuknya dunia," tutur Shinta, yang asal Medan.

Shinta benar. Ketenangan di Pantai Bara memang menghanyutkan. Satu-satunya "kegaduhan" hanyalah deburan ombak jinak yang mengempas pantai. Tak jauh dari Pantai Bara terdapat hutan lindung yang dihuni monyet-monyet tanpa buntut dan aneka burung-burung liar yang riuh bercericit di pagi hari. Jika sedang beruntung, kita bisa menyaksikan monyet-monyet itu bermunculan di jalanan kecil yang menjadi akses ke Pantai Bara.

Tak jauh dari Pantai Bara ada pantai yang lebih populer, yakni Pantai Bira. Kedua pantai ini hanya berjarak sekitar 3 kilometer. Dibandingkan Pantai Bara yang lokasinya agak terisolasi, Pantai Bira menjadi tujuan wisata favorit bagi masyarakat Bulukumba dan sekitarnya. Tanjung Bira berjarak sekitar 180 kilometer dari Makassar, melalui Jeneponto. Hanya saja, karena jalanan rusak cukup parah berpuluh kilometer hingga Jeneponto, waktu tempuh keseluruhan dengan mobil bisa molor hingga 5 jam.

Meski lebih populer dibandingkan Pantai Bara, kondisi Pantai Bira kurang terawat baik. Di areal pantai yang sebenarnya cantik ini, sampah masih banyak berserakan. Sampai-sampai beberapa kali tampak turis asing yang rela memunguti sampah plastik yang berserakan di Pantai Bira.

Saat air laut surut, Pantai Bara bisa dicapai dengan berjalan kaki menyusuri garis Pantai Bira ke arah barat. Alternatif lain adalah melalui hutan kecil dengan jalanan sempit berbatu. Jalan alternatif ini berlokasi lebih tinggi dari bibir pantai sehingga untuk menjangkau pantai perlu menuruni tebing karang. Namun, akses yang agak sulit itu bisa dipermudah dengan tangga yang terpahat di batu karang di areal penginapan milik Shinta yang memang berdiri tinggi di atas karang.

Hanya ada dua penginapan di areal Pantai Bara. Penginapan milik Shinta, yakni Bara Beach Bungalow, hanya terdiri dari enam kamar berupa bungalo bambu. Sementara satu penginapan lagi yang lokasinya berdampingan juga berukuran mungil dengan jumlah kamar yang terbatas. Masih minimnya penginapan itulah yang membuat ketenangan Pantai Bara lebih terjaga. Pengunjung yang tampak umumnya turis asing asal Eropa, terutama Jerman. "Mungkin karena kami lebih berpromosi di Jerman sehingga banyak turis Jerman yang ke sini. Saya dan anak saya masih tinggal di Jerman, tapi rutin ke Bara saban tahun," tutur Shinta.

Pulau Liukang

Hari-hari di Pantai Bara yang sepi ini bisa dihabiskan dengan sekadar leyeh-leyeh di pantai dinaungi nyiur, ataupun sekadar berjemur di pelataran balkon di atas karang, berenang di laut yang landai, berlama-lama menatap senja, lantas berganti melamuni rembulan saat malam tiba.

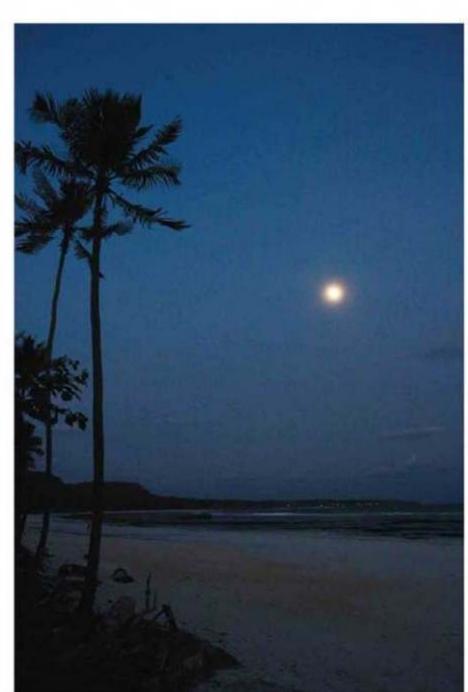
Di pagi hari, kita juga bisa menyeberang ke Pulau Liukang yang tampak cukup jelas dari Pantai Bara. Dengan perahu motor nelayan, Pulau Liukang bisa ditempuh dalam waktu sekitar 20 menit. Pengunjung biasanya menuju Liukang untuk *snorkeling* atau *diving* di perairan tenang dengan taman laut di sekitar pulau kecil berkarang itu.

Syarief (40), salah satu nelayan setempat, menyewakan perahunya seharga Rp 250.000 untuk seharian penuh. Tak sekadar mengantar, Syarief bahkan sudi ikut berenang mendampingi turis yang belum terbiasa *snorkeling*. Syarief juga menyediakan alat *snorkeling* bagi turis yang tidak membawa peralatan tersebut. "Mari kita cari ikan Nemo," ujar Syarief, merujuk ikan di film kartun *Finding Nemo*.

Pulau Liukang yang mungil ini hanya memiliki sepotong pantai yang posisinya sedikit mendaki dari tepi laut. Tak ada penginapan di sini. Sesekali turis memutuskan menginap dengan mendirikan tenda di pantai atau menginap di rumah penduduk. Syarief yang tinggal di Liukang baru saja membuat satu kamar untuk penginapan turis di rumahnya yang sederhana. "Siapa tahu kapan-kapan ada yang mau menginap," katanya.

Selain *snorkeling* dan *diving* di perairan yang amat jernih di sekitar Pulau Liukang, kita juga bisa menjenguk penangkaran penyu berukuran besar. Lokasinya tepat di lepas pantai Pulau Liukang yang menghadap ke Tanjung Bira. "Ayo berenang saja dengan menumpang di cangkangnya. Anak-anak selalu suka main dengan penyu kalau ke sini," kata Syarief.

Menjelang sore, Syarief cepat-cepat mengantar kembali turis yang menyewa perahunya ke Tanjung Bira. Mumpung air laut belum terlalu surut sehingga kapalnya akan lebih mudah menepi.

Langit yang biru cemerlang di siang hari tampak mulai sayu di penghujung petang dengan sulur-sulur jingga yang samar di cakrawala. Ah, singkirkan dulu segala keindahan visual itu. Perut lapar setelah *snorkeling* seharian sepertinya sudah harus disambangi lembutnya daging ikan kerapu hitam yang dibakar di tepi pantai.

SEREMONIA

Commonwealth Life Berikan Proteksi untuk Nasabah Bank Index

Bertempat di Kantor Pusat Bank Index, Jakarta, Commonwealth Life dan Bank Index meresmikan kerja sama dalam meluncurkan Tabungan Idaman, kombinasi tabungan dan asuransi dari Bank Index (16/7). Peresmian kerja sama ditandai dengan penandatanganan oleh Presiden Direktur Commonwealth Life Simon Bennett dan Presiden Direktur Bank Index Charlie Paulus. Prosesi tanda tangan ini juga disaksikan Direktur Alternative Distribution Channel Commonwealth Life Pieter Wattimena, Direktur Teknis Commonwealth Life Agus Setiawan, dan jajaran Direksi Bank Index. Kerja sama ini merupakan wujud kedua perusahaan untuk memberikan sesuatu yang berbeda untuk masyarakat Indonesia, yaitu tabungan yang memberikan fasilitas asuransi jiwa dan kesehatan sekaligus. Informasi mengenai kegiatan Commonwealth Life lainnya kunjungi www.commlife.co.id.[*/VTO]

Euforia Karyawan di Ulang Tahun Commonwealth Life ke-20

Dipandu oleh Bedu dan Deswita Maharani, Commonwealth Life sukses merayakan ulang tahunnya yang ke-20 bersama seluruh karyawan kantor pusat (25/7). Dimeriahkan dengan beragam hiburan musik, kuis, *doorprize*, parodi, dan pemutaran kaleidoskop, acara menjadi semakin hangat. Acara ini serentak diadakan di seluruh kantor pemasaran Commonwealth Life di seluruh Indonesia. Presiden Direktur Commonwealth Life Simon Bennett menyampaikan serangkaian program menyambut hari ulang tahun, seperti peluncuran produk Investra Platinum, majalah Commitment bagi nasabah prioritas serta manfaat tambahan khusus bagi karyawan. Sebagai bukti komitmen perusahaan, Commonwealth Life menyampaikan bentuk tanggung jawab terhadap lingkungan dengan mengadakan pengobatan gratis untuk 400 penduduk Pedurenan dan Tanah Abang. Untuk informasi kegiatan lainnya, kunjungi www.commlife.co.id. [*/VTO]

Program Berbagi Bersama Indosat di Bulan Ramadhan

Dalam rangka bulan Ramadhan 1433 H, Indosat melaksanakan program Berbagi Bersama sebagai bentuk kepedulian sosial perusahaan secara langsung kepada masyarakat. Hal ini diwujudkan dengan pemberian donasi kepada 20 yayasan anak yatim di wilayah Jakarta dan sekitarnya. Tampak pada gambar President Director & CEO Indosat Harry Sasongko (tengah) beserta jajaran manajemen Indosat dan Ustad Yusuf Mansur bersama anak-anak yatim saat acara buka puasa bersama di Indosat beberapa waktu lalu. [*/VTO]

FALCON PICTURES

FESTIVAL FILM

TIGA MASA LALU DALAM SATU "BELENGGU"

Penonton Korea memang beda. Setiap hari gedung bioskop di CGV Mall di kota Bucheon, Korea Selatan, selalu dipadati penonton. Mereka juga termasuk kelas penonton yang kritis. Sutradara film "Belenggu", Upi (Sartri Dania Sulfiati), termasuk yang kewalahan meladeni hujan pertanyaan.

OLEH PUTU FAJAR ARCANA

Film *Belenggu* menjadi satu-satunya film Indonesia yang lolos seleksi untuk mengikuti kompetisi tingkat internasional dalam 16th Puchon International Fantastic Film Festival (Pifan), 19-29 Juli 2012. Festival ini menyertakan film-film berjenis *thriller*, misteri, horor, animasi, dan fantasi dari 42 negara. Lebih dari 200 film diputar selama 10 hari. "Pifan termasuk satu festival besar dalam jenis film fantastis di tingkat Asia dan dunia," ujar produser *Belenggu*, Federica, dari Falcon Pictures di Korea Selatan.

Kendati tidak berhasil menyabet penghargaan, *Belenggu* tetap pantas diapresiasi tidak saja karena keberanian produsernya yang akan membawa film ini ke beberapa festival internasional, tetapi juga karena film ini menyuguhkan sesuatu yang "berbeda" dalam konteks film-film nasional.

Belenggu secara cerdik mengiris domain psikologis berbalut mitos kemudian menyuguhkannya menjadi persoalan yang "khas" Indonesia. Secara ilmiah, Prof dr LK Suryani pernah meneliti tentang kedekatan mitos dengan unsur-unsur penyebab gangguan kejiwaan. Ia melihat bahwa gangguan kejiwaan tidak hanya persoalan psikologis, tetapi juga berakar dalam tradisi yang diwarisi seseorang. Suryani mengetengahkan *bebainan* (biasanya diderita perempuan) sebagai satu contoh gangguan kejiwaan yang memiliki akar jauh di dalam kultur seseorang.

Belenggu bermain di wilayah itu. Tokoh Elang (Abimana Aryasatya), Jingga (Imelda Therinne), dan Ibu Kebaya (Jajang C Noor) adalah tiga tokoh yang terbelenggu masa lalu. Mereka dipertemukan oleh tautan alur yang rumit sampai akhirnya terurai satu demi satu. Ibu Kebaya terobsesi kepada Laras, anaknya yang tewas pada usia 15 tahun akibat kecelakaan. Akan tetapi, kemudian ia bertemu Jingga, seorang pelacur yang tak jelas asal-usulnya. Jingga mirip dengan Laras dalam persepsi Ibu Kebaya. Pada peristiwa lain, Elang masuk rumah sakit jiwa gara-gara membunuh anak dan istrinya. Ia terobsesi memerankan profesi pemain akrobatik yang selalu berpakaian kelinci. Sementara Jingga ingin balas dendam kepada tiga pemuda yang telah memerkosanya.

> **Tradisi menyediakan begitu banyak perangkat yang bisa dieksplorasi sehingga menjadi suguhan yang kontemporer atau bahkan populer.**

Semuanya bertemu di rumah sakit jiwa. Ibu Kebaya "menyelundupkan" Jingga sebagai suster untuk mencari seorang pembunuh. Mereka bertemu Elang yang sedang sekarat dalam gangguan kejiwaan akut. Ibu Kebaya menancapkan pengaruhnya dengan "menghipnosis" Jingga dan Elang dengan perangkat ilmu yang ia warisi dari kultur Jawa. Ketiganya adalah orang-orang yang obsesif, terutama Elang. Ia selalu merekonstruksi peristiwa di dalam kepalanya sehingga realitas tercampur baur dengan imajinasi.

Relasi kultural

Upi mengaku tidak melakukan riset mendalam sebelum menulis skenario dan menyutradarai *Belenggu*. "Saya cuma sering menonton dan senang banget dengan film-film *thriller* serta misteri," katanya.

Mungkin film ini akan menjadi lebih kuat jika diikuti dengan riset mendalam seputar pengaruh kultural dalam membentuk "struktur" kejiwaan seseorang. Tradisi, dalam pandangan Suryani, tidak selamanya menjadi kanal bagi kesumpekan kehidupan kejiwaan seseorang atau satu komunitas masyarakat. Pada titik tertentu, tradisi secara perlahan "menekan" bahkan "menindas" yang berkibat pada gangguan kondisi kejiwaan seseorang.

Tokoh Ibu Kebaya cuma memainkan secuplik peran yang berbasis akar kultur, di mana ia melantunkan tembang dalam bahasa Jawa sebagai medium hipnosis. Upi tidak sampai pada pengertian yang lebih sublim dalam memahami anasir-anasir mozaik kebudayaan tradisi. Ia hanya meminjam tembang, itu pun lirik yang ia ciptakan sendiri. Padahal, tradisi menyediakan begitu banyak perangkat yang bisa dieksplorasi sehingga menjadi suguhan yang kontemporer atau bahkan populer. Ia harus lebih dalam menyelidik soal relasi kultural antarpribadi yang kemudian melahirkan satu ketersendatan komunikasi, sebagaimana kemudian disajikan dalam *Belenggu*.

Lepas dari itu semua, film ini seperti berjalan sendirian dalam ranah perfilman nasional. "Mungkin baru diputar tahun depan di Tanah Air," ujar Federica. *Belenggu* bisa menjadi pemicu bagi upaya untuk merumuskan secara lebih serius dan intelek film yang benar-benar Indonesia. Film yang tidak sekadar menyuguhkan hiburan atau menyodorkan mimpi, tetapi menyajikan sepiring keindahan yang diracik dari ranah kultural Nusantara.

TELEVISI

Saat-saat Heboh di Balik Layar

OLEH BUDI SUWARNA

Betapa sibuknya industri televisi hiburan selama Ramadhan. Artis, kru, sampai penonton bayaran sampai-sampai harus sahur, berpuasa, hingga berbuka di studio televisi setiap hari selama sebulan.

Wajah Rafi Ahmad terlihat lelah. Namun, pemain sinetron dan *presenter* yang laris setiap Ramadhan itu masih punya semangat untuk menceritakan jadwal *shooting*-nya yang padat. Dini hari, sekitar pukul 02.00, Rafi sudah sampai di studio TransTV untuk *shooting* acara *Waktunya Kita Sahur*. Acara itu selesai sekitar pukul 05.00 dan Rafi bisa pulang.

"Saya biasanya tidur satu-dua jam sebelum berangkat ke Studio RCTI untuk *shooting Dahsyat* sampai pukul 11.00," ujar Rafi di studio Antv, Jumat (3/8) sore. Setelah itu, Rafi pulang ke rumahnya untuk istirahat.

Pukul 16.00, Rafi harus ada di Studio Antv untuk persiapan *shooting Pesbukers*. Acaranya disiarkan secara langsung pukul 17.00-19.00. Dari Antv, Rafi bergegas mengikuti acara bakti sosial bersama komunitas sepeda motor besar.

Begitulah ritme hidup Rafi. Boleh dikata waktu Rafi habis di beberapa studio dari pagi hingga pagi lagi. Hal itu dia jalani setiap Ramadhan sejak tahun 2009. "Mau bertemu pacar atau keluarga pun tidak sempat," ujar Rafi.

Kesibukan yang sama dijalani artis Jessica Iskandar. Selama Ramadhan, dia muncul di tiga acara, yakni *Pesbukers*, *Waktunya Kita Sahur*, dan *Klik* (Antv). Dengan tampil di tiga acara, praktis sepertiga waktu Jessica habis di studio. "Tidur sehari hanya bisa empat jam," ujar Jessica.

Penonton "profesional"

Tak hanya artis, penonton "profesional" alias bayaran tak kalah sibuk. Vony (40), koordinator penonton bayaran, setiap hari pontang-panting dari satu studio ke studio lain. Pukul 24.00, dia menuju studio SCTV untuk mengarahkan anak buahnya yang "tampil" di *Sinekuis Para Pencari Tuhan*.

KOMPAS/WAWAN H PRABOWO

Penonton bayaran dalam *shooting* program acara *Pesbukers* Antv di Epicentrum Kuningan, Jakarta, Jumat (3/8). Keberadaan penonton bayaran ini menghidupkan suasana acara tersebut sehingga terlihat semarak.

Dia lalu berpindah ke studio TransTV untuk mengecek anak buahnya yang meramaikan acara *Waktunya Kita Sahur*. Paginya, dia menuju studio lain untuk mengantar anak buahnya yang menjadi tim sorak di acara musik. Siang, Vony menuju Antv untuk mengoordinasi anak buahnya di acara *Pesbukers*.

Kapan Vony istirahat? "Ya di sela-sela acara. Kami sudah biasa tidur di mana saja, kapan saja," ujar Vony ketika sedang berbuka puasa di halaman Studio Antv dengan menu nasi kotak.

Vony mengklaim maksimal mengerahkan 500-an penonton sehari. Mereka berasal dari Serang, Karawang, Banten, dan daerah pinggiran lainnya di Jabodetabek. "Setiap bulan puasa, jumlah permintaan penonton bayaran melonjak 2-3 kali lipat. Makanya, saya setiap hari kerja, enggak ada libur sampai Lebaran nanti," tutur Vony.

Kru studio juga luar biasa sibuk. Edo Wicaksono, Produser Eksekutif TransTV, mengaku, sejak tahun 2006 tidak pernah lagi merasakan suasana sahur di rumah. "Saya selalu sahur di studio, itu pun hanya bisa dilakukan pukul 01.00 dan 02.00. Puasa kru lebih panjang daripada orang lain, ha-ha-ha," ujar Edo.

Antonius Kelly, Manajer Koordinator Produksi Antv, datang ke studio siang hari untuk mengoordinasi *shooting Pesbukers* dan *Chatting dengan YM*. Dia pulang pukul 22.00 dan harus kembali lagi ke studio pukul 01.30 untuk mengoordinasi siaran langsung tarawih dari Masjidil Haram. Dua jam kemudian, dia menangani acara *Sahur Bareng Mamah*.

Kru produksi *Komedi Ramadhan* Kompas TV harus bekerja minimal 12 jam untuk pengambilan gambar. "Kami harus bekerja efisien agar (*shooting*) selesai sebelum maghrib," ujar Produser Hiburan *Komedi Ramadhan* Susangga.

Bulan rezeki

Begitulah, Ramadhan buat industri televisi merupakan momen untuk menggaet penonton dan iklan lebih banyak. Fenomena ini setidaknya berlangsung sejak pertengahan 1990-an.

Tahun 1994, ketika televisi swasta baru tumbuh, acara sahur bahkan belum ada. RCTI, SCTV, dan Antv sudah memiliki acara Ramadhan, tetapi acara itu dimulai pukul 05.00. Corak acaranya berupa ceramah agama, seperti *Hikmah Fajar* (RCTI), *Di Ambang Fajar* (SCTV), dan *Assalamualaikum Ya Ramadhan* (Antv).

Setahun kemudian, barulah ada stasiun televisi yang memulai siaran di kala sahur, yakni TPI (sekarang bernama MNCTV) dengan *Mozaik Ramadhan* pukul 03.30 dan Antv dengan *Sahur! Sahur!* pukul 03.30.

Awal tahun 2000-an, barulah televisi swasta jorjoran menghadirkan acara hiburan di waktu sahur dan berbuka. Belakangan, televisi menambah jam tayang hingga 24 jam, yang sebagian diisi program berbau Ramadhan.

Kepala Departemen PR dan Marketing TransTV Hadiansyah Lubis mengatakan, Ramadhan menjadi pertarungan semua televisi terutama di waktu sahur, menjelang, dan setelah berbuka. Pada jam itulah iklan mengalir seperti air. Itu sebabnya televisi serius membuat beraneka program hiburan yang bisa memikat banyak penonton.

"Pendapatan iklan kami bertambah 10 persen ketimbang bulan lainnya," ujarnya tanpa bersedia menyebut jumlahnya.

Antonius Kelly bahkan mengklaim pendapatan iklan yang diperoleh Antv dari acara hiburan bisa melonjak 100 persen selama Ramadhan.

Ketika industrinya untung, orang-orang yang berkecimpung di dalamnya juga kecipratan rezeki besar. Penonton bayaran, yang biasanya dibayar Rp 50.000 per orang, di bulan Ramadhan mematok tarif Rp 75.000. Koordinator seperti Vony mendapat bagian 30 persen dari upah yang diperoleh seorang penonton bayaran. Kalau setiap hari dia mengerahkan 100 penonton saja, dia memperoleh komisi sekitar Rp 2.250.000. "Lumayan buat modal pulang kampung," kata Vony. (WKM)

kronik

Serial Kolosal "Omar"

- **Serial TV:** Omar
- **Tayang:** MNCTV

ARSIP MNCTV

Serial kolosal *Omar* pertama kali tayang di televisi dan disiarkan serentak di sejumlah negara sejak awal bulan Ramadhan 2012. MNCTV menayangkannya setiap hari pukul 04.00.

Cerita serial ini ditulis oleh Dr Waleed Saif, dengan latar belakang masyarakat Mekkah dan sekitarnya pada abad ke-7. Kisah diangkat dari peristiwa penting dalam sejarah Arab dan juga Islam. Kisah menampilkan sosok pemimpin besar dalam revolusi pertama yang mengubah wajah Timur Tengah sejak kelahiran Islam. Disuguhkan cerita epik dari salah satu tokoh Muslim pertama, yaitu Omar Ibn al-Khattab, tokoh yang menjadi pemimpin terkuat untuk rakyatnya di masa krisis dan menjadi simbol keadilan.

Serial diproduksi sebanyak 31 episode oleh 03 Production & MBC-Dubai. *Omar* diproduksi selama 322 hari dengan biaya Rp 200 miliar. Pengambilan gambar seluruhnya dibuat di Maroko dan Suriah. Serial didukung oleh 229 kru serta 322 aktor dan aktris dari 10 negara. Dilibatkan pula 30.000 pemain pendukung lain, 7.500 kuda, dan 3.800 unta. Serba kolosal memang. (XAR)

Jurnalisme Jujur

- **Film:** The Newsroom
- **Televisi:** HBO (serial)
- **Pemain:** Jeff Daniels, Emily Mortimer, Sam Waterston
- **Sutradara:** Greg Mottola, Alan Poul
- **Skenario:** Aaron Sorkin
- **Tayang:** setiap Rabu pukul 20.00

HBO

Berkisah tentang dinamika di balik layar program berita di sebuah saluran televisi kabel di Amerika Serikat. Berpusat pada *anchor man* Will McAvoy (Jeff Daniels), wartawan berhaluan Republikan yang populer dan cerdas, acara yang ia pandu tergolong "aman" dan menghibur sehingga ia kerap dijuluki "Jay Leno-nya program berita".

Kondisi itu berubah ketika pada sebuah acara *talkshow* Will ditanya oleh pemirsa soal apa yang membuat Amerika Serikat hebat. Will terprovokasi untuk berkomentar panjang dan sangat kritis tentang kebobrokan Amerika Serikat dan kebijakan pemerintahnya. Intinya, Amerika Serikat sama sekali tak hebat.

Sejak saat itu, Will didorong oleh produser eksekutifnya yang idealis, MacKenzie McHale (Emily Mortimer) yang berpengalaman di Afganistan dan Irak, untuk lebih jujur dalam menyuarakan opininya. Ia ditantang untuk menampilkan "jurnalisme yang benar".

Cerita ini dibuat oleh Aaron Sorkin, peraih Oscar untuk film *The Social Network* dan penulis serial *The West Wing* yang sangat populer beberapa tahun lalu. *The Newsroom* menampilkan kepiawaian Sorkin dalam meramu dialog yang kuat, argumentatif, dan provokatif. Tema-tema berita yang diangkat dalam serial ini pun diambil dari kisah nyata, seperti ledakan ladang minyak di Teluk Meksiko dan gerakan kubu Republikan untuk merebut kursi Obama.

The Newsroom memberikan inspirasi tentang bagaimana mengelola program berita yang menjunjung tinggi nilai-nilai kewartawanan sekaligus menyuarakan kebenaran. Sesuatu yang saat ini mungkin mulai tergerus oleh kepentingan bisnis para pemangku media. (MYR)

TIGA JAM UNTUK LEBANON

Berbuka puasalah dengan "jallab", minuman sari kurma dan air mawar yang manis dan harum. Seharum kelopak mawar dari Taif, kota di Arab Saudi yang menjadi saksi perjanjian penghentian perang di negeri cantik, Lebanon.

OLEH SARIE FEBRIANE

Lebanon, negeri yang sempat didera perang berkepanjangan ini, sebenarnya menyimpan khazanah kuliner yang menggoda. Di Jakarta, tak banyak pilihan restoran Lebanon, apalagi yang ditangani langsung oleh *chef* asal Lebanon. Satu pilihannya adalah Restoran Al Nafoura di Hotel Le Meridien, Jakarta.

Atmosfer yang akrab dan hangat langsung menyapa begitu memasuki Al Nafoura dalam cahaya lampu temaram. Lantunan musik berirama khas Timur Tengah terdengar pelan menyusupi fantasi. Pedang-pedang bersapuh warna keemasan menghiasi segala sudut dinding bertekstur bebatuan putih. Tak lama lagi kita memang akan berperang, menyikat aneka sajian *buffet* yang tampak menggoda itu. Selama Ramadan ini, Al Nafoura menyajikan *buffet* dengan pilihan yang banyak, mulai dari hidangan pembuka, utama, hingga penutup.

Setelah membasuh kerongkongan dengan kesegaran *jallab*, petualangan bersantap dimulai dengan beragam hidangan pembuka yang tersaji di meja *buffet* tersendiri. Secara umum pilihannya serupa dengan masakan Timur Tengah, seperti *hommos, moutable, babaganoush, tabouleh, labneh,* salad segar, dan roti pita. Santapan tersebut umumnya terbuat dari aneka sayuran, seperti terung, serta kacang-kacangan, yogurt, dan perasan jeruk lemon. Ada pula keju *halome (halloumi)* dan *shanklish*. Keju *shanklish* ini merupakan keju berbumbu yang kerap ditemui dalam khazanah kuliner Lebanon, Palestina, dan Suriah. Biasanya dibentuk bulat seperti bola agak gepeng dengan tekstur gembur. Rasanya gurih beraroma rempah.

Kaki domba muda

Jangan terlalu bersemangat menyantap aneka hidangan pembuka tadi. Sisakan ruang di perut yang cukup longgar untuk sajian utama. Arie Ardianti, Marketing Communication Manager Hotel Le Meridien, mengatakan, tidak semua menu yang tersaji tersebut selalu ada di luar bulan Ramadhan. Menu khusus yang hanya keluar kala Ramadhan, di antaranya, *harouf ouzi* dalam porsi besar yang disajikan dalam nampan atau wadah besar berisi nasi mirip nasi kebuli.

Untuk porsi yang lebih mungil kita bisa mencicipi *harouf ouzi* yang berupa potongan kaki domba muda. Potongan kaki domba ini dimasak dengan direbus dahulu, dibaluri rempah, dan didiamkan selama beberapa waktu di dalam lemari es, kemudian baru dibakar di dalam tungku dengan kayu bakar. Kayu yang dipilih biasanya berasal dari pohon rambutan, yang dianggap memberi aroma sedap tersendiri bagi masakan.

Menikmati *harouf ouzi* dengan nasi berbumbu bisa lupa menyisakan ruang untuk makanan penutup. Kegurihan yang menyusup di antara serat-serat halus daging domba ini tidak intimidatif, tetapi benar-benar terasa hadir. Begitu lembutnya sampai-sampai kita bisa dibuat ragu bahwa daging domba tergolong daging merah. Begitu pula dengan nasinya yang semerbak oleh rempah. Akibatnya, kita tergoda untuk menyendok lagi, lagi, dan lagi.

Chef Hussein Sleiman, yang juga Executive Sous Chef di Le Meridien, menerangkan, ada dua macam bumbu khas yang senantiasa digunakan dalam masakan Lebanon. Keduanya adalah *sumac* atau *soumak* berwarna merah bata dan *za'atar* yang berwarna kekuningan. *Sumac* merupakan tanaman rempah dari keluarga *Anacardiaceae* yang mirip tanaman berry. Bagian buah dari tanaman *sumac* inilah yang dijadikan bumbu dan banyak dipakai dalam aneka masakan khas Timur Tengah. Aromanya cukup kuat dan unik. Bumbu lainnya adalah *za'atar*, yakni berupa campuran oregano, *calamintha (basil tyme)*, *thymus*, dan *satureja*. Terkadang campuran kering bumbu tersebut ditambah dengan biji wijen, *sumac*, dan garam.

"Masakan Lebanon juga banyak menggunakan lemon. Kami sangat senang lemon sebagai pemberi rasa asam yang menyegarkan. Di sini (Al Nafoura) sebenarnya saya agak mengurangi volume perasan lemon karena buat pengunjung orang Indonesia bisa dianggap terlalu asam," kata Hussein.

Menurut Arie, sejak berdiri pada 1998, Al Nafoura hingga kini tak hanya menjadi langganan para ekspatriat asal Timur Tengah yang tinggal di Jakarta, tetapi juga ekspatriat negara-negara Barat dan orang Indonesia sendiri. Saat berbuka pun, pengunjung yang memenuhi restoran tampak datang dari beragam bangsa.

"Warak enab bil laham"

Masakan lain yang menggetarkan lidah malam itu adalah *warak enab bil laham*. Dipandang sekilas mungkin kurang menarik karena hanya berupa gulungan kecil daun berwarna gelap. Penampilannya mengingatkan pada masakan buntil dari kuliner Jawa. Bedanya, gulungan daun ini dipresentasikan lebih imut-imut untuk sekali suap. Meski warnanya tak menarik, coba gigit sedikit dan kita akan terkejut oleh kelegitan daun pembungkusnya.

Warak enab bil laham ini merupakan gulungan daun anggur yang berisi nasi dengan sedikit cincangan daging domba. Rasa gurih dan asam yang cukup kuat menjadi karakter yang menonjol dari sajian ini. Kehadiran daging domba malah tak terlalu terasa.

Seperti kata Chef Hussein tadi, perasan lemon juga menjadi cita rasa krusial bagi *warak enab bil laham*. Membuatnya ternyata tak repot. Beras dicampur dengan cincangan daging domba dan rempah, lalu digulung dengan beberapa lembar daun anggur hingga cukup tebal. Gulungan-gulungan ini kemudian dimasak dalam rendaman air tomat dan perasan lemon hingga beras tanak menjadi nasi. Sederhana memang, tetapi menghasilkan cita rasa akhir yang mengesankan. *Warak enab bil laham* ini juga nikmat dinikmati dengan nasi berbumbu tadi. Tak perlu khawatir lidah didera kegurihan berlebihan karena keasaman lemon tahu betul memainkan perannya.

Sekadar saran, luangkan waktu sekitar tiga jam untuk menikmati masakan Lebanon sejak hidangan pembuka hingga penutup. Lagipula, apalah artinya waktu untuk mengecap perlahan hidangan nikmat dari negeri cantik ini?

FOTO-FOTO: KOMPAS/TOTOK WIJAYANTO

Pramusaji menyiapkan hidangan buka puasa di Restaurant Al Nafoura, Hotel Le Meridien, Jakarta.

Menu nasi kambing (kiri) dan warak enab.

DAPUR KITA

Yang Praktis untuk Sahur

OLEH NYONYA RUMAH

Hidangan untuk sahur sebaiknya sudah disiapkan sebelumnya supaya tidak merepotkan. Tinggal menghangatkan dan siap saji. Sebagai penyegar bisa dihidangkan buah segar potongan pepaya yang dikucuri air jeruk nipis dan dibubuhi gula pasir. Nasi bakmoy cocok untuk sahur, mudah dibuat dan cukup enak.

Penyegar Pepaya-Jeruk

Bakmoy

Bahan:

1 ekor ayam yang sedang besarnya, 3 ons udang, 3 tahu putih, bawang putih, bawang goreng, seledri, daun bawang, kecap asin, kecap manis, merica, garam, minyak goreng, dan penyedap.

Cara Membuat:

Ayam dipotong-potong, lalu rebus dengan dibubuhi sedikit garam sampai matang. Ambil dagingnya, potong persegi kecil. Udang dikupas, garami, lalu goreng sampai matang, potong-potong. Tahu dipotong persegi kecil, goreng ½ matang. Tumis 4 siung bawang putih yang sudah dimemarkan sampai harum, tuangi kira-kira ½ gelas kaldu ayam, bubuhi bumbu-bumbu, masukkan sekalian bahan-bahan yang sudah dipersiapkan dan seledri serta daun bawang yang sudah diiris halus. Didihkan beberapa saat, bubuhi merica dan penyedap, rasakan lalu angkat.

Kuah: Tumis 4 siung bawang putih yang sudah dimemarkan sampai wangi, tuangi kaldu ayam kira-kira 3 gelas, tambahkan garam, merica dan penyedap. Didihkan, bubuhi irisan daun bawang, lalu angkat.

Sambal Kecap: 10 cabai rawit, iris halus, bubuhi kecap manis, perasi sedikit air jeruk limau, ratakan.

Bakmoy dan Telur Pindang

FOTO-FOTO: KOMPAS/RONY ARIYANTO NUGROHO

Telur Pindang

Bahan: 8 butir telur ayam, kulit bawang merah agak banyak, 1 iris lengkuas memarkan, 3 lembar daun salam, 1 sdm garam, air secukupnya.

Cara Membuat:

Letakkan telur dan bahan-bahan untuk bumbu dipanci, bubuhi air sampai telur terendam, masak sampai air mendidih, kecilkan api, masak lagi kira-kira ½ jam. Angkat telur, lalu pukul-pukul sampai retak-retak, jerangkan lagi, masak lagi dengan api kecil kira-kira ½ jam lagi, matikan api. Telur didiamkan dalam air perebus, keesokan hari bisa dikupas.

Menghidangkan Nasi Bakmoy

Taruh nasi panas di mangkok atau piring, taruh sedikit bakmoy dan ½ telur pindang siram dengan kuah yang panas, taburi bawang goreng, beri 1-2 sdt sambal kecap dan kerupuk udang sebagai pelengkap.

Penyegar Pepaya-Jeruk

Buah pepaya dipotong-potong, kucuri air jeruk nipis dan taburkan gula pasir secukupnya, aduk-aduk. Taruh di lemari es atau ditaburi es serut jika ingin dingin.

info

Ramadhan

Berbagi di Bulan Penuh Berkah

Berbagi. Sebuah kata yang mudah diucapkan, tetapi terkadang sulit diterapkan. Manusia sebagai makhluk sosial tentu memiliki nilai kemanusiaan tersebut sejak kecil. Namun, latar belakang ekonomi, kesibukan, dan beragam alasan lain menyebabkan nilai luhur tersebut acap terabaikan.

FOTO-FOTO: TOMMY BUDI UTOMO

Bulan Ramadhan yang dijalani umat Islam dengan berpuasa sebulan penuh merupakan salah satu momen yang tepat untuk menunjukkan bahwa tindakan mulia tersebut masih tertanam dalam tiap pribadi. Di bulan yang penuh berkah ini, tiap insan berpacu melakukan kegiatan amal saleh, tak lain untuk lebih mendekatkan diri kepada Sang Pencipta dan menumbuhkan jiwa sosial kepada sesama.

Bentuk kepedulian tersebut antara lain terlihat dalam salah satu acara kegiatan sosial, ABC Dapur Peduli 2012. Kegiatan yang diselenggarakan PT Heinz ABC Indonesia selain sebagai wujud kepedulian kepada sesama juga bertujuan untuk memotivasi kaum ibu untuk berbagi kepada sesama, terutama kaum duafa dengan berbagai macam cara.

Kegiatan yang terselenggara untuk ketiga kalinya tersebut sedikit berbeda dengan tahun-tahun sebelumnya. ABC Dapur Peduli 2012 yang dihelat pada Rabu (1/8) di Masjid Agung Al-Azhar Jakarta mendapat lebih banyak dukungan. Selain 250 ibu yang terdiri dari sukarelawan komunitas ABC Dapur Peduli, majelis taklim, dan sukarelawan dari Heinz ABC Indonesia, kegiatan ini didukung berbagai pihak. Dompet Dhuafa, Rumah Zakat, jaringan ritel Hypermarket, ustadz Ahmad Al Habsy, praktisi kuliner Yeni Ismayani, serta pasangan selebritas Shahnaz Haque dan Gilang Ramadhan turut ambil bagian.

Sebanyak 250 ibu sukarelawan ABC Dapur Peduli 2012 memasak dan menyiapkan 1.000 paket makanan bersama-sama untuk ribuan kaum duafa di kawasan Kebayoran Baru, Jakarta Selatan. Acara yang juga dimeriahkan dengan hiburan bernuansa Islami ini merupakan tahap awal dari program ABC Dapur Peduli 2012 yang akan membagikan 100.000 paket makanan berbuka selama Bulan Ramadhan 1433 H di sekitar Jakarta dan Bandung.

Dukungan yang semakin meningkat dari tahun ke tahun disambut gembira oleh pihak penyelenggara, seperti yang diungkapkan Human Resources Director PT Heinz ABC Indonesia Hari Widyo. "Kami sangat gembira, dari tahun ke tahun semakin banyak dukungan yang mengalir terhadap program ABC Dapur Peduli. Hal ini menjadi salah satu indikator bahwa visi ABC Dapur Peduli memotivasi masyarakat Indonesia untuk aktif berbagi kepada kaum duafa telah menunjukkan hasilnya," kata Hari.

Selain sekitar 50 karyawan Heinz ABC Indonesia yang ambil bagian, kali ini produk yang turut berpartisipasi juga bertambah. "Jika sebelumnya hanya Kecap ABC yang aktif berpartisipasi, kini program juga mendapatkan kontribusi dari produk minuman kami, yaitu Syrup ABC Special Grade," lanjut Hari dengan penuh semangat.

"Kami sangat berharap para ibu dapat terinspirasi untuk memperbesar jangkauan pemberian paket makanan berbuka di kantung-kantung duafa yang lain secara berdikari. Kegiatan dapat dijalankan dengan komunitas di sekitar tempat tinggal mereka terutama di daerah-daerah yang untuk saat ini belum dapat dijangkau ABC Dapur Peduli," ujar Hari.

Kegiatan sosial ini disambut baik oleh Presiden Direktur Dompet Dhuafa Ismail Agus Said. "Untuk berbagi dan menyebarkan amal baik kepada sesama yang sejalan dengan pemahaman religius Islami banyak sekali caranya. Oleh karena itu, Dompet Dhuafa sangat bangga dapat menjadi bagian dari program ABC Dapur Peduli selama tiga tahun berturut-turut karena program tersebut memberi wadah kepada masyarakat, terutama kaum ibu, untuk melakukan amal baik tersebut," ujar Ismail.

Rasa gembira dan bangga pun dirasakan Chief Executive Officer Rumah Zakat Nur Efendi yang telah diberikan kepercayaan untuk turut menyukseskan ajang tersebut. "Kaum duafa adalah tanggung jawab kita semua tanpa terkecuali. Oleh karena itu, usaha-usaha untuk meringankan beban kehidupan mereka yang kurang beruntung tersebut adalah tanggung jawab kita bersama. Rumah Zakat sangat senang dapat mewujudkan partisipasi kepedulian tahun ini dalam program ABC Dapur Peduli 2012 karena program ini juga sejalan dengan program Ramadhan yang secara reguler kami laksanakan tiap tahun," ujar Nur.

Pasangan selebritas Indonesia, Shahnaz Haque dan Gilang Ramadhan juga mengungkapkan dukungannya terhadap kegiatan sosial ini. "Sebagai keluarga yang sudah terbiasa dengan kegiatan sosial, kami sangat mendukung program ABC Dapur Peduli, dan berterima kasih atas kesempatan berpartisipasi tahun ini. Saya akan memotivasi keluarga, famili, dan masyarakat luas untuk saling berbagi di bulan penuh berkah ini," ungkap Shahnaz.

Terkait dengan upaya menyebarkan semangat berbagi yang diangkat oleh ABC Dapur Peduli, Merchandising & Marketing Director Hypermart Meshvara Kanjaya mengungkapkan,"ABC Dapur Peduli memiliki misi yang sejalan dengan program CSR Hypermart selama ini. Jadi kami mengambil inisiatif untuk berperan aktif memperluas informasi mengenai program ini melalui jaringan pusat perbelanjaan kami yang tersebar di Jakarta dan Bandung."

Kesuksesan ABC Dapur Peduli 2012 juga tak lepas dari peran serta seorang praktisi kuliner, Yeni Ismayani, melalui resep-resep masakan yang hendak diberikan kepada kaum duafa. "Dalam partisipasi ketiga saya untuk ABC Dapur Peduli kali ini, saya diminta menyusun resep atau menu yang sesuai untuk berbuka, mudah dibuat, tetapi tetap mengandung nilai gizi yang tinggi dan mudah dicerna," ujar Yeni.

Salah satu ustadz kondang Indonesia, Ahmad Al Habsyi, memberikan dukungannya dalam bentuk ceramah keagamaan mengenai manfaat semangat berbagi kepada kaum duafa, kepada ibu-ibu yang berpartisipasi. Sebuah kehormatan baginya dapat turut serta melakukan aksi mulia tersebut. Dirinya berharap kegiatan ini dapat menjadi inspirasi masyarakat Indonesia lainnya. [IKLAN/BYU]

PSIKOLOGI

PERFEKSIONIS, CIRI POSITIF ATAU NEGATIF?

OLEH AGUSTINE DWIPUTRI

Perfeksionisme sebagai suatu ciri kepribadian memberikan banyak pencapaian positif, misalnya hasil kerja yang rapi dan berkualitas. Namun, di lain pihak ternyata juga memberi pertanda bahwa orang tersebut rentan untuk mengalami kecemasan. Berikut adalah pengalaman seorang pembaca.

"Teman-teman saya sering mengatakan saya seorang perfeksionis, apa-apa harus berlangsung sempurna. Mulanya saya merasa senang, bahkan bangga dengan pandangan mereka. Saya menganggapnya suatu pujian. Bagaimana tidak, dengan sikap seperti itu, saya selalu dipercaya untuk menyelesaikan banyak hal dan dijadikan contoh bagi rekan kerja lain. Namun, kok semakin lama, saya justru sering merasa gelisah jika segala sesuatu yang saya lakukan tidak berjalan sebagaimana mestinya. Saya sering merasa cemas dengan diri saya sendiri. Kekurangan kecil suka saya pikirkan terus, misalnya terlambat 5 menit datang ke pertemuan, saya sudah terus deg-degan dan kepikiran, wah, kok saya begini, ya, apa kata orang nanti, dst... dst-nya. Sebaiknya apa yang harus saya lakukan, terus bertahan dengan sikap yang sering disanjung orang seperti ini atau saya perlu berubah"

(Susi, Mlg)

Perfeksionisme

Menurut Edmund Bourne (2010), perfeksionisme memang memiliki dua aspek. Pertama, seseorang cenderung punya harapan muluk tentang dirinya, orang lain, dan kehidupan yang tidak realistis. Ketika sesuatu tak terpenuhi, ia tidak hanya kecewa, tetapi juga merasa gagal.

Kedua, orang tersebut cenderung terlalu peduli dengan cacat dan kesalahan kecil pada diri atau prestasinya. Dengan berfokus pada apa yang salah, ia cenderung mengurangi dan mengabaikan hal yang benar. Perfeksionisme adalah penyebab umum dari rasa rendah diri. Hal ini acapkali meyakinkan seseorang bahwa tidak ada yang pernah cukup baik dilakukannya, terus saja ada yang kurang sehingga dapat menyebabkannya mengarah ke titik stres yang kronis dan kelelahan. Semakin tercapai kesempurnaan Anda, semakin sering Anda cenderung merasa cemas.

Cara mengatasi

Mengatasi perfeksionisme membutuhkan perubahan mendasar dalam sikap terhadap diri dan bagaimana kita menjalani kehidupan secara umum. Tujuh pedoman dari Bourne (2010) dalam bukunya, *The Anxiety & Phobia Workbook*, berikut ini dimaksudkan sebagai titik awal untuk melakukan perbaikan.

1. Lepaskan ide bahwa keberhargaan diri kita ditentukan oleh prestasi dan pencapaian. Masyarakat acap kali mengukur "nilai" atau status sosial seseorang dari prestasi yang tampak dari luar saja, misalnya juara kelas, direktur, atau punya rumah mewah. Padahal, sebagai sesama manusia, kita juga punya nilai pribadi yang sama hanya karena keberadaan kita.

Kita perlu mengakui dan memantapkan diri bahwa kita dicintai dan diterima orang lain sebagaimana adanya, selain dari tampilan prestasi kita. Dari refleksi diri orang yang akan meninggal dunia, biasanya ada dua hal yang tampaknya penting bagi kehidupan mereka, yaitu belajar bagaimana mengasihi orang lain dan berkembang dalam kearifan. Kita dapat mencoba mengukur diri melalui standar ini.

2. Mengenali dan mengatasi gaya berpikir perfeksionis.

Perfeksionisme tampil dalam cara kita berbicara pada diri sendiri. Berpikir "harus", "mesti", "semua atau tidak sama sekali", dan "generalisasi yang berlebihan" merupakan sikap seorang perfeksionis. Kita perlu berlatih mengubah cara berpikir seperti itu menjadi pernyataan lain yang lebih realistis, misalnya daripada berpikir, "Aku harus bisa melakukan hal ini dengan benar", lebih baik diganti "Aku akan melakukan yang terbaik yang aku bisa" atau ganti pemikiran "Saya tidak boleh membuat kesalahan" menjadi "Tak apa-apa kok melakukan kesalahan."

Perhatikan apa yang kita katakan kepada diri sendiri pada saat merasa sangat cemas atau tertekan. Mungkin kita perlu menuliskan pernyataan-pernyataan baru yang tidak menggunakan kata-kata yang ekstrem tadi, kemudian dengan sering membacanya akan mendorong diri sendiri untuk mengembangkan pendekatan yang kurang perfeksionis dalam kehidupan.

3. Stop membesar-besarkan pentingnya kesalahan kecil. Perfeksionis cenderung sangat rentan untuk merasa gagal karena kesalahan tunggal dan kecil yang hanya memiliki sedikit konsekuensi langsung, apalagi efek jangka panjangnya. Padahal, dari penelitian, ternyata pada sebagian besar orang, kesalahan akan terlupakan dalam waktu singkat. Tidak ada pembelajaran nyata tanpa kesalahan atau kemunduran. Tidak ada keberhasilan besar yang pernah dicapai tanpa berbagai kegagalan dan kesalahan dalam perjalanannya.

4. Fokus pada hal-hal positif.

Seorang yang perfeksionis biasanya secara selektif mengabaikan hal-hal positif yang telah mereka lakukan. Perhatikan apakah Anda mendiskualifikasi sesuatu yang positif dengan "tapi", misalnya "Saya telah melakukan latihan secara baik, tapi saya menjadi cemas mendekati pertunjukan." Kita perlu belajar meninggalkan ucapan "tapi" dalam penilaian sikap dan perilaku kita.

5. Bekerja pada tujuan yang realistis.

Jika kita mengharapkan terlalu banyak dari diri dan dunia, mungkin kita perlu menyesuaikan beberapa tujuan dengan mengingat keterbatasan waktu, tenaga, dan sumber daya. Menerima berbagai keterbatasan pribadi merupakan tindakan utama dari mencintai diri.

6. Memupuk lebih banyak kenikmatan dan rekreasi dalam hidup.

Perfeksionisme cenderung membuat orang menjadi kaku dan menyangkal dirinya. Kecenderungan ini dapat menghambat vitalitas dan kreativitas. Kita dapat mengubahnya dengan meluangkan waktu setiap hari untuk melakukan setidaknya satu hal yang kita sukai, membuat lebih banyak waktu untuk santai dan menyenangkan diri.

7. Mengembangkan orientasi pada proses.

Kebanyakan orang, terutama ketika usia mereka bertambah, menemukan bahwa untuk mendapatkan kenikmatan yang paling tinggi dalam hidup lebih baik untuk menempatkan makna pada proses melakukan berbagai hal, bukan hanya pada produk atau prestasi. Artinya, perjalanan ternyata lebih penting daripada tujuan. Dengan demikian, kita dapat menerima dan justru belajar dari berbagai kegagalan atau kesalahan yang mungkin terjadi selama menjalani suatu kegiatan yang bertujuan.

Selamat berlatih.

KESEHATAN

Semakin Gemuk

OLEH DR SAMSURIDJAL DJAUZI

Saya karyawati berumur 42 tahun. Masalah yang saya hadapi adalah berat badan bertambah gemuk. Sewaktu lulus dulu, berat saya 47 kg dengan tinggi badan 160 cm. Namun sekarang, berat saya sudah mencapai 57 kg dan tiga bulan ini naik satu setengah kilo.

Saya sarapan di rumah bersama anak-anak dan suami, makan siang di luar dan makan malam pada umumnya di rumah meski kalau rapat atau ke luar kota harus makan di luar rumah. Kantor kami memesan makan siang dari restoran yang tak jauh dari kantor. Menunya biasanya makanan padang atau makanan sunda. Meski saya memesan nasi sedikit, tetapi tampaknya kalori yang saya konsumsi melebihi kalori yang saya keluarkan untuk aktivitas sehingga badan saya bertambah gemuk. Apalagi, dalam rapat-rapat selalu dihidangkan kue yang lezat tetapi tinggi karbohidrat dan lemak.

Apakah saya perlu memeriksa kadar lemak saya? Saya pernah mengikuti kegiatan gym, tetapi hanya dua minggu, setelah itu tak pernah lagi karena tak punya waktu luang. Selain itu, saya juga seorang penggemar kopi. Saya minum kopi sedikitnya tiga cangkir sehari dan saya suka mencicipi berbagai macam kopi baru. Apakah sering minum kopi dapat membahayakan kesehatan?

Saya juga ingin bertanya, apakah saya memerlukan vitamin untuk meningkatkan kebugaran saya dan adakah nasihat untuk pengaturan makan sehingga peningkatan berat badan ini dapat dihentikan, kalau mungkin berat badan saya dapat diturunkan. Terima kasih atas jawaban dokter.

(T di J)

Jawaban

Memang benar bahwa kalori yang berlebihan akan disimpan oleh badan sehingga dapat menyebabkan berat badan meningkat. Sebagai gambaran, perempuan yang tidak aktif bekerja mungkin hanya memerlukan 1.600 kalori per hari, dan jika perempuan itu aktif mungkin keperluan kalorinya dapat meningkat menjadi 2.200 kalori. Sementara laki-laki umumnya memerlukan kalori lebih tinggi, jika tidak aktif lebih rendah sekitar 2.200 kalori, dan jika aktif dapat mencapai 2.800 kalori.

Remaja juga memerlukan kalori yang tinggi. Remaja putri memerlukan sekitar 2.200 kalori, dan remaja putra dapat mencapai 2.800 Kalori. Anda dapat berkonsultasi dengan ahli gizi mengenai kebutuhan kalori Anda. Jika Anda bisa membatasi pemasukan kalori sehingga kurang dari yang dibutuhkan, akan terjadi penurunan berat badan.

Olahraga juga akan meningkatkan penggunaan kalori. Oleh karena itu, olahraga amat dianjurkan. Jika tak mungkin mengikuti jadwal kegiatan klub *gym*, Anda dapat melakukan kegiatan olahraga di rumah setiap pagi atau sore dengan senam, lari di tempat, atau bersepeda statis.

Makan siang

Makan siang di luar rumah memang menyulitkan pengaturan makan. Ada orang yang membawa makan siang dari rumah. Beli di restoran ada kecenderungan menghabiskan makanan, padahal jumlahnya mungkin jauh melebihi kebutuhan. Belum lagi komposisi makanan. Makanan restoran yang enak itu biasanya mengandung lemak tinggi. Saya rasa ada baiknya Anda memeriksa kadar lemak dan gula darah. Jika normal, pemeriksaan dapat diulangi dua-tiga tahun lagi. Namun, jika kadar lemak dan gula darah tinggi, hal itu perlu dipantau lebih ketat.

Sarapan sehat yang dianjurkan misalnya sereal, buah-buahan, dan susu skim (susu tanpa lemak). Makan siang, jika tidak mungkin membawa dari rumah, usahakan makanan yang tidak mengandung kalori dan lemak yang tinggi. Pada umumnya, makanan cepat saji mengandung lemak dan kalori serta garam yang tinggi.

Cobalah untuk konsumsi roti yang berserat, salad, dan buah segar. Es krim dan kue-kue yang lezat hendaknya dihindari karena mengandung kalori tinggi. Saat ini, beberapa perusahaan katering telah menyediakan layanan makanan yang khusus sesuai keperluan seseorang. Anda boleh mencoba untuk lebih mengendalikan makanan Anda.

Kopi

Kopi mengandung kafein. Selain di kopi, sebenarnya kafein juga terdapat pada teh, tetapi kandungan kafein pada teh lebih sedikit. Secangkir kopi yang besarnya sedang mengandung sekitar 100 mg kafein. Jika mengonsumsi kafein tinggi, misalnya sampai 1.000 mg, dapat terjadi gejala seperti berdebar-debar, tangan gemetar, dan susah tidur atau gelisah. Jadi ada baiknya Anda membatasi konsumsi kopi sampai jumlah yang aman saja (sekitar tiga cangkir saja sehari). Anda dapat juga mencoba kopi *decaffeinated*. Patut diingat juga bahwa kopi dapat menimbulkan ketagihan. Karena itu, jika merasa haus, biasakanlah minum air putih atau jus. Sesekali tentu boleh minum kopi.

Beberapa kantor sekarang juga menyediakan fasilitas berolahraga. Jika tersedia fasilitas di kantor, lebih baik Anda gunakan. Dengan semakin bertambahnya umur, biasanya kegiatan fisik justru menjadi berkurang. Kalau pola makan tidak diubah, kelebihan Kalori dapat meningkatkan berat badan. Selain itu, komposisi makanan yang banyak lemak dapat menyebabkan aterosklerosis (kekakuan pembuluh darah).

Saya menganjurkan Anda untuk melakukan pemeriksaan darah berkala termasuk pemeriksaan *pap smear*, tekanan darah, tekanan bola mata, serta pemeriksaan laboratorium.

Pertanyaan untuk semua rubrik di halaman ini dapat diajukan kepada penulis melalui alamat kompas@kompas.com atau kompas@kompas.co.id

INVESTASI

Berbagi Kesejahteraan

OLEH ELVYN G MASASSYA

Apakah kita tergolong orang-orang yang berbagi dengan orang lain? Berbagi kesejahteraan? Dalam konsep pengelolaan keuangan, berbagi kesejahteraan sesungguhnya merupakan *ultimate goal*, sebagai motif utama mengapa seseorang ingin sejahtera.

Bukan hanya mampu memenuhi kebutuhan primer, sekunder, ataupun tersier diri sendiri dan keluarga, melainkan juga ingin lebih sejahtera agar bisa memberi manfaat kepada orang banyak. Dan, itu pula sebabnya, mengapa banyak orang kaya dari negara maju yang menghibahkan sebagian hartanya kepada berbagai yayasan.

Memberi kesejahteraan bisa dimaknai secara luas, termasuk memberikan kesempatan kerja, akses terhadap kesempatan menjadi sejahtera, dan atau mengurangi kemiskinan di sekitar kita.

Lepas dari interpretasi semacam itu, bagaimana sebenarnya berbagi kesejahteraan secara finansial? Apakah semata-mata hanya dengan memberi sedekah, misalnya? Tidak. Berbagi kesejahteraan secara finansial tetap mesti bernuansakan tindakan produktif. Mengapa? Agar kesejahteraan yang dibagi itu tidak malah memberikan dampak negatif kepada yang menerimanya. Bagaimana konkretnya?

Bijaksana dan "sumur uang"

Pertama, gunakan kekayaan secara bijaksana. Dalam pemahamannya, bijaksana di sini adalah apakah kekayaan Anda semata-mata digunakan untuk membiayai konsumsi atau akan terus diproduktifkan. Termasuk dalam hal ini, seperti apa Anda inginkan orang-orang melihat diri Anda dan kekayaan Anda. Apakah Anda senang disebut sebagai sekadar orang kaya, misalnya. Atau, Anda lebih suka dikenal sebagai orang yang murah hati. Atau, Anda lebih mengutamakan tidak dikenal sebagai orang kaya, tetapi ingin berbagi kekayaan dengan kalangan lain.

Semua itu pilihan dan tentu juga memberikan konsekuensi yang berbeda. Namun, yang jelas, jika kekayaan Anda peruntukannya semata-mata untuk membiayai kesenangan, suatu ketika kekayaan itu akan berakhir. Betapapun kaya rayanya Anda, kekayaan yang Anda miliki mesti bisa mandiri, dalam arti menimbulkan penghasilan untuk mempertahankan kekayaan tersebut.

Kedua, mengutamakan penyertaan modal daripada memberi pinjaman. Sebagai orang yang sejahtera, sudah lazim akan banyak pihak yang datang kepada Anda untuk menawarkan bisnis baru dan atau mencari pinjaman atau dimintai sumbangan. Mana yang Anda pilih? Mungkin Anda beranggapan, memberi sumbangan tidak ada salahnya. Anda benar. Namun, jika sumbangan Anda salah tempat, yang tejadi kemudian, Anda akan dianggap sebagai "sumur uang" yang malah membuat orang yang Anda sumbang menjadi tergantung kepada Anda dan lama-kelamaan menjengkelkan. Jadi, kalaupun Anda gemar memberi sumbangan, berikanlah pada obyek yang tepat, semisal panti asuhan.

Bagaimana dengan orang yang membutuhkan pinjaman dari Anda karena ingin memulai bisnis, misalnya? Boleh jadi, karena Anda tidak tertarik dengan bisnis yang ingin dikerjakan, Anda lebih suka memberikan pinjaman.

Apakah cara itu benar? Anda keliru. Ketika Anda tidak tertarik terhadap bisnis yang hendak dikerjakan oleh pihak yang membutuhkan pinjaman dari Anda, sama artinya dengan membiarkan pinjaman Anda menguap.

Lalu, bagaimana baiknya? Berbagai konsep tentang *wealth management* menyebutkan, jika Anda ingin memberikan akses kepada pihak lain untuk juga menjadi sejahtera, cara terbaik adalah Anda ikut serta dalam bisnis dimaksud, dalam arti turut serta sebagai pemodal. Dalam hal ini, bisa dengan pola bagi hasil atau cara lain. Dengan model seperti itu, Anda tidak hanya membantu dari sisi keuangan, tetapi juga bisa memberikan bantuan dalam bentuk pengelolaan bisnis kepada pihak yang membutuhkan bantuan Anda.

"Charity"

Ketiga, mengalokasikan sebagian pendapatan Anda sebagai *charity*. Sebagian kalangan beranggapan memberikan aset kepada pihak lain adalah cara terbaik membantu sesama. Ini bisa benar, bisa juga keliru. Mengapa? Tergantung aset apa yang Anda hibahkan kepada pihak lain dan siapa pula pihak lain itu?

Sebagaimana dipaparkan di atas, jika keliru dalam berbagi kesejahteraan, hasilnya belum tentu baik. Katakanlah Anda memberikan sedikit saham perusahaan Anda kepada satu pihak. Pertanyaannya, apakah pihak yang mendapatkan saham tersebut akan mampu meningkatkan nilai saham yang Anda berikan? Belum tentu.

Oleh karena itu, jika Anda ingin berbagi kesejahteraan dalam bentuk *charity*, langkah awalnya adalah menyeleksi dulu pihak yang paling tepat. Beberapa pengalaman menunjukkan, memberikan beasiswa kepada kalangan tidak mampu secara rutin hingga si penerima menyelesaikan sekolahnya merupakan salah satu *charity* yang produktif. Selain itu, memberi bantuan secara rutin kepada kegiatan yang menyangkut kepedulian terhadap kaum duafa juga bisa dipertimbangkan.

Kesimpulannya, meningkatkan kesejahteraan bukan hal mudah. Namun, berbagi kesejahteraan juga tidak sederhana. Kecuali Anda tidak peduli apakah yang Anda lakukan akan memberikan dampak positif atau tidak. Namun, orang-orang di negara maju, yang kebetulan sudah sejahtera dan bermaksud membagi kesejahteraannya, melakukan semua itu secara terpola. Dengan perencanaan yang matang. Tidak parsial dan tidak asal-asalan.

info

Akhir Pekan

Gaya Hidup

SHUTTERSTOCK

Seleksi Sebelum Mengonsumsi

Sederet nama seperti keripik, biskuit, dan gorengan tentu sudah cukup familiar. Panganan ringan yang kerap menjadi idola ini seolah-olah memiliki kekuatan "magis" untuk menghipnotis mereka yang hobi *ngemil.* Tanpa berpikir panjang, tangan langsung merengkuh camilan yang ada dan menghabiskannya dalam waktu sekejap.

Hobi *ngemil* barangkali sudah menjadi bagian dari kebutuhan sehari-hari dan digandrungi semua kalangan, dari anak-anak hingga orang dewasa. Bahkan, sejumlah orang menjadikannya *item* wajib yang bisa dibawa ke mana-mana dan sebagai "teman setia" saat berada di kantor, rumah atau dalam perjalanan. Jika tidak ada camilan, mereka akan merasa cepat jenuh dan tidak bersemangat saat menjalani berbagai macam aktivitas.

Kontrol diri

Sayangnya, di balik kenikmatan camilan tersimpan risiko-risiko yang dapat mengganggu kesehatan tubuh. Jika mengonsumsi panganan yang mengandung kalori dan gula secara berlebihan, penyakit seperti diabetes dan obesitas bisa saja datang menyerang. Oleh karena itu, perlu ada kontrol dari dalam diri dan lebih selektif dalam memilih camilan agar kesehatan tetap terjaga.

Anda yang tidak dapat mengontrol keinginan untuk mengunyah kudapan yang kurang menyehatkan barangkali dapat meminta bantuan orang terdekat untuk mengingatkan. Hal ini sama seperti yang dialami Asteria (59), seorang ibu rumah tangga dengan dua orang anak yang telah beranjak dewasa.

"Kedua anak saya suka sekali *ngemil* ketika sedang berada di rumah. Sepulang dari kantor, biasanya mereka langsung menuju ke dapur sehingga sebisa mungkin beberapa panganan kecil telah tersedia. Namun, saya tetap membatasi jumlah konsumsi gorengan dan lebih sering menyediakan camilan berupa buah-buahan," ujarnya. Cara yang paling aman adalah menyediakan kue buatannya sendiri yang terbukti higienis. Karena sempat bekerja sebagai petugas medis di rumah sakit, wajar saja jika ia memperhatikan kesehatan keluarga.

Selain mengurangi gorengan dan memberi camilan buah-buahan, Asteria juga mengingatkan kedua anaknya untuk mengontrol waktu *ngemil*. Menurutnya, kebiasaan "mengunyah" di malam hari menjadi kegiatan yang wajib dihindari karena dapat memicu kenaikan berat tubuh dan berdampak buruk pada kesehatan.

Bahaya *ngemil* di malam hari ternyata patut dikhawatirkan. Sebuah hasil penelitian yang tercantum dalam Jurnal Internasional Obesity menegaskan, *ngemil* di malam hari cenderung memicu seseorang makan dan mengonsumsi kalori berlebihan. Dampak negatif selanjutnya adalah ia akan mengalami kelebihan berat tubuh. Hal ini terjadi pada mereka yang makan malam pada pukul 20.00 WIB dan dilanjutkan dengan mengonsumsi panganan ringan.

Mereka yang masih beraktivitas pada malam hari dapat mengonsumsi sekitar 250 kalori, termasuk *fast food*, soda, serta sedikit buah. Sementara penemuan lain mengungkapkan, makan malam di atas pukul 20.00 WIB cenderung memicu kegemukan tanpa dipengaruhi intensitas tidur. Mereka yang *ngemil* di malam hari dapat mengonsumsi sekitar 754 kalori dan yang tidak *ngemil* di malam hari dapat mengonsumsi sekitar 378 kalori. Hal ini diduga karena faktor perbedaan hormon dan sistem metabolisme yang bekerja pada malam hari.

Kegemukan dapat dipicu karena makanan cenderung dikonsumsi dengan porsi berlebih untuk "mengganjal" perut ketika bekerja di malam hari. Jika Anda masih berkutat dengan camilan di malam hari, kerja hormon yang mengatur selera makan justru terganggu. Akibatnya, kalori tidak dapat dikelola oleh tubuh dengan optimal dan cenderung disimpan sebagai lemak. Dianjurkan, kalori sebaiknya didistribusikan sebelum jam makan malam. Jika rasa lapar mulai menyerang tidak tertahankan, camilan sehat nan ringan (200 kalori) seperti buah atau biskuit gandum dapat menjadi pilihan.

Selain mengonsumsi kudapan sehat, Anda juga perlu berolahraga dan mengatur pola makan yang tepat agar tubuh sehat dan bugar. Untuk memperoleh pola makan yang ideal, konsep 3J yang terdiri atas jumlah, jadwal, dan jenis makanan bisa diterapkan. Jumlah asupan sebaiknya diseimbangkan dengan kebutuhan dan jadwal kegiatan yang dilakukan. Untuk jenis makanan, komposisi yang perlu dipenuhi adalah 50-60 persen sumber karbohidrat, 10-20 persen sumber protein, dan 20-30 persen sumber lemak. Jangan lupa untuk mengonsumsi sayuran dan buah yang kaya serat.

Pilihan baru

Keripik, biskuit, dan gorengan telah menjadi "idola" di kelas makanan ringan yang bisa jadi mengkhawatirkan. Akan tetapi, Anda tidak perlu takut mempertahankan hobi *ngemil* yang telah menjadi kebutuhan. Kesehatan tubuh akan tetap terjaga, jika mulai menyeleksi kembali jenis camilan yang akan dikonsumsi. Sebagai pilihan, Anda dapat mengonsumsi Fitbar dengan dua varian rasa, yaitu Nuts dan Fruits. Camilan sehat yang diproduksi Kalbe Nutritionals ini tidak mengandung kolesterol dan lemak trans, serta rendah kalori (110 kalori). Dilengkapi juga dengan kalsium, vitamin A, B12, dan C.

Dengan kemasan praktis, camilan ini cocok untuk para individu yang aktif, tetapi tetap menyadari pentingnya kesehatan. Bahkan, dapat menjadi pilihan bagi Anda yang selektif dalam memilih camilan sehat dan tidak meningkatkan berat badan. Fitbar Nuts dan Fruits hadir dengan rasa yang lezat,paduan antara kacang-kacangan (kacang tanah dan kacang mede) dan gandum yang sehat dan gurih dengan sentuhan cokelat putih, tentunya menambah kenikmatan. Sementara Fitbar Fruits, terbuat dari kismis dan rasberi dengan lapisan cokelat putih yang lezat. [IKLAN/GPW]

CERPEN

DUA WAJAH IBU

OLEH GUNTUR ALAM

Perempuan tua itu mendongakkan wajah begitu mendengar desingan tajam di atas ubun-ubunnya. Di langit petang yang temaram, ia melihat lampu kuning, hijau, dan merah mengerjap-ngerjap pada ujung-ujung sayap pesawat terbang.

Karya Mia Diwasasri

Deru burung besi itu kian nyaring begitu melewati tempatnya berjongkok. Ia menghentikan gerakan tangannya. Menggiring burung itu lenyap dari mata lamurnya. Lalu, tangannya kembali menggumuli cucian pakaian yang tak kunjung habis itu. Beberapa detik sekali, tangan keriputnya berhenti, lalu ia menampari pipi dan kaki. Nyamuk di belantara beton ternyata lebih ganas ketimbang nyamuk-nyamuk rimba yang saban pagi menyetubuhi kulitnya saat menyadap karet nun jauh di pedalaman Sumatera-Selatan sana: Tanah Abang.

Ia menarik napas, melegakan dada ringkihnya yang terasa kian menyempit. Kicauan televisi tetangga menenggelamkan helaan napasnya. Suara musik, iklan, dan segala hal. Perempuan itu kembali menghela napas. Lalu, bangkit dari jongkoknya, menekan tuas sumur pompa. Irama air mengalir dalam ritme yang kacau. Kadang besar, kadang kecil, seiring tenaganya yang timbul-tenggelam. Air keruh memenuhi bak plastik, menindih-nindih pakaian yang bergelut busa deterjen. Bau karet tercium menyengat begitu air itu jatuh seperti terjun.

Ia adalah Mak Inang. Belum genap satu purnama perempuan tua itu terdampar di rimba Jakarta, di antara semak-belukar rumah kontrakan yang berdesak-desakan macam jamur kuping yang mengembang bila musim hujan di kebun karetnya. Hidungnya pun belum akrab dengan bau bacin selokan berair hitam kental yang mengalir di belakang kontrakan berdinding triplek anak lanangnya. Bahkan, Mak Inang masih sering terkaget-kaget bila tikus-tikus got Jakarta yang bertubuh hitam-besar lagi gemuk melebihi kucing betinanya di kampung, tiba-tiba berlarian di depan matanya.

Sesungguhnya, ia pun masih tak percaya bila terjaga dari lelapnya yang tak pernah pulas, kalau akhirnya ia menjejakkan kaki di ibu kota Jakarta yang kerap diceritakan orang-orang di kampungnya. Suatu tempat yang sangat asing, aneh, dan begitu menakjubkan dalam cerita Mak Rifah, Mak Sangkut, dan beberapa perempuan kampung karibnya, lepas perempuan-perempuan itu mengunjungi anak bujang atau pun gadis mereka. Sesuatu yang terdengar seperti surganya dunia. Serba mewah, serba manis, serba tak bisa ia bayangkan.

"Kesinilah, Mak. Tengoklah anak lanangku, cucu bujang Emak. Parasnya rupawan mirip almarhum Ebak," itulah suara Jamal kepadanya beberapa pekan silam. Suara anak lanangnya yang kemerosok seperti radio tua, ia pun melipat kening saat mengetahui suara itu berasal dari benda aneh di genggamannya.

"Dengan siapa Mak ke situ?" lontarnya. Ada keinginan yang menyeruak seketika di dada Mak Inang. Keinginan yang sejatinya sudah lama terpendam. Telah lama ia ingin melihat Jakarta. Ibu kota yang telah dikunjungi karib-karibnya. Tapi, ia selalu tak punya alasan ke sana, walau anak lanangnya, yang cuma satu-satunya ia miliki selain dua gadisnya yang telah diboyong suami mereka di kampung sebelah, merantau ke kota itu. Belum pernah Jamal menawarinya ke sana. Tak heran, ketika petang itu Jamal memintanya datang, ia lekas-lekas menanggapinya.

"Tanyai Kurti, Mak. Kapan ia balik? Masalah ongkos, Mak pakai duit Emak dululah. Nanti, bila aku sudah gajian, Emak kuongkosi pulang dan kukembalikan ongkos Emak ke sini," itulah janji anak lanangnya sebelum mengakhiri pembicaraan. Suara kemerosok seperti radio tua itu terputus.

Mak Inang kembali menghela napas saat ingat percakapan lewat hape dengan anak lanangnya itu. Beberapa pekan sebelum ia merasa telah tersesat di rimba Jakarta, di semak-belukar kontrakan yang bergot bau menyengat. Ia melepas tuas pompa, air berhenti mengalir. Tangannya menjangkau cucian, membilasnya.

* * *

Kota yang panas. Itulah kesan pertama Mak Inang saat mata lamurnya menggerayangi terminal bus Kampung Rambutan. Sedetik kemudian, ia menambahkan kesan pertamanya itu: Kota bacin dan berbau pesing. Hidung tuanya demikian menderita ketika membaui bau tak sedap itu. Hatinya bertanya-tanya heran melihat Kurti demikian menikmati bau itu. Hidung pesek gadis berkulit sawo matang itu tetap saja mengembang-embang, seolah-olah bau yang membuat perut Mak Inang mual itu tercium melati.

Belum jua hilang rasa penat dan pusing di kepala Mak Inang, apalagi rasa pedas di bokongnya, karena duduk sehari-semalam di bus reot yang berjalan macam keong, beberapa orang telah berebut mengerubungi dirinya dan Kurti, macam lalat, berdengung-dengung. Mak Inang memijit keningnya. Cupingnya pun ikut pening dengan orang-orang yang berbicara tak jelas pada Kurti, gadis itu diam tak menggubris, hanya menyeret Mak Inang pergi.

Mak Inang kembali memeras beberapa popok yang ia cuci, sekaligus. Telapak kaki kanannya yang kapalan cepat-cepat menampari betis kirinya begitu beberapa nyamuk membabi-buta di kulit keringnya. Ia menghempaskan popok yang sudah diperasnya itu ke dalam ember plastik. Jemari tangannya menggaruk-garuk betis kirinya. Bentol-bentol sebesar biji petai berderet-deret di kulit keringnya. Ia menggeram. Hatinya menyumpah-serapah kepada binatang laknat tak tahu diri itu.

Dua-tiga hari pertama, Mak Inang cukup senang berada di rumah berdinding batu setengah triplek Jamal. Rasa senangnya itu bersumber dari cucu bujangnya yang masih merah itu. Walau, sesungguhnya Mak Inang terkaget-kaget saat Kurti mengantarnya ke rumah Jamal. Semua di luar otak tuanya. Dalam benaknya yang mulai ringkih, Jamal berada di rumah-rumah beton yang diceritakan Mak Sangkut, bukan di rumah kecil sepengap ini. Keterkejutannya kian bertambah saat perutnya melilit di subuh buta. Hanya ada satu kakus untuk berderet-deret kontrakan itu. Itu pun baunya sangat memualkan. Hampir saja Mak Inang tak mampu menahannya.

"Mak hendak pulang, Mal. Sudah seminggu, nanti pisang Emak ditebang orang, karet pun sayang tak disadap," lontar Mak Inang di pagi yang tak bisa ia tahan lagi. Ia benar-benar tak ingin berlama-lama di ibu kota yang sungguh aneh baginya. Sesungguhnya, Mak Inang pun aneh dengan orang-orang yang saban hari, saban minggu, saban bulan, dan saban tahun datang mengadu nasib ke kota ini. Apa yang mereka cari di rimba bernyamuk ganas, berbau bacin, bertikus besar melebihi kucing ini? Mak Inang tak bisa menghabiskan pikiran itu pada sebuah jawaban.

"Akhir bulanlah, Mak. Aku gajian saban akhir bulan, sekarang tengah bulan. Tak bisa. Pabrik juga tengah banyak order, belum bisa aku kawani Mak jalan-jalan mutar Jakarta," ujar Jamal sembari menyeruput kopi hitam dan mengunyah rebusan singkong. Singkong yang Mak Inang bawa seminggu silam. Mak Inang tak bersuara. Hatinya terasa terperas dengan rasa yang kian membuatnya tak nyaman.

"Kurti libur hari ini, Mak. Katanya tengah tak ada lembur di pabriknya. Nanti kuminta ia mengawani Mak jalan-jalan. Ke mal, ke rumah anak Wak Sangkut dan Wak Rifah," terdengar suara Mai, menantunya, dari arah dapur yang pengap.

Mak Inang mengukir senyum semringah mendengar itu. Rasa tak nyaman yang menggiring keinginannya untuk pulang mendadak menguap. Kembali cerita Mak Rifah dan Mak Sangkut tentang Jakarta mengelindap. Gegas sekali perempuan tua itu menyalin baju dan menggedor-gedor pintu kontrakan Kurti. Gadis itu membuka pintu dengan mata merah-sembab, muka awut-awutan dengan rambut yang kusut-masai. Mak Inang tak peduli mata mengantuk Kurti, ia menggiring gadis itu untuk lekas mandi dan menemaninya keliling Jakarta, melihat rupa wajah ibu kota yang selama ini hanya ada dalam cerita karib sebaya dan pikirannya saja.

Serupa kali pertama Kurti mengantarnya ke muka kontrakan anak lanangnya, seperti itulah keterkejutan Mak Inang saat menjejakkan kaki di kontrakan anak Mak Sangkut dan Mak Rifah. Tak jauh berupa, tak ada berbeda. Kontrakan anak karib-karibnya itu pun sama-sama pengap dan panas. Hal yang membuat Mak Inang meremangkan kuduknya, gundukan sampah berlalat hijau dengan dengungan keras, bau menyengat, tertumpuk hanya beberapa puluh meter saja. Kepala Mak Inang berdenyut-denyut melihat itu. Lebih-lebih saat menghempaskan pantatnya di lantai semen anaknya Mak Sangkut. Allahurobbi, alangkah banyak cucu Mak Sangkut, menyempal macam rayap. Berteriak, menangis, merengek minta jajan, dan tingkah pola yang membuat Mak Inang hendak mati rasa. Hanya setengah jam Mak Inang dan Kurti di rumah itu, berselang-seling cucunya Mak Sangkut itu menangis.

Kebingungan Mak Inang pada orang-orang yang saban waktu datang ke Jakarta untuk mengadu nasib kian besar saja. Apa hal yang membuat mereka tergoda ke kota bacin lagi pesing ini? Segala apa yang ia lihat satu-dua pekan ini, tak ada yang membuat hatinya mengembang penuh bunga. Lebih elok tinggal di kampung, menggarap huma, membajak sawah, mengalirkan getah-getah karet dari pokoknya, batin Mak Inang.

* * *

Tangan Mak Inang kembali menekan-nekan tuas pompa, air keruh dengan bau karet yang menyengat kembali berjatuhan ke dalam bak plastik. Kadang besar, kadang kecil, seiring dengan tenaganya yang timbul tenggelam. Lagi, Mak Inang membilas cucian pakaian cucu, menantu, anak lanang, dan dirinya sendiri. Mendadak Mak Inang telah merasa dirinya serupa babu. Di petang temaram bernyamuk ganas, ia masih berkubang dengan cucian. Di kampung, waktu-waktu serupa ini, ia telah bertelekung dan gegas membawa kakinya ke mushola, mendahului muadzin yang sebentar lagi mengumandangkan adzan.

Lampu benderang. Serentak. Seperti telah berkongsi sebelumnya. Berkelip-kelip macam kunang-kunang di malam kelam. Lagi, terdengar suara desingan tajam di atas ubun-ubun Mak Inang. Ia pun kembali mendongakkan wajah, mata lamurnya melihat lampu merah, kuning, hijau berkelip-kelip di langit temaram. Nyamuk-nyamuk pun kian ganas dan membabi-buta menyerang kulit keringnya.

Wajah Mak Inang kian mengelap, hatinya menghitung-hitung angka di almanak dalam benak. Berapa hari lagi menuju akhir bulan? Rasa-rasanya, telah seabad Mak Inang melihat muka Jakarta yang di luar dugaannya. Benak Mak Inang pun hendak bertanya: Mengapa kau tak pulang saja, Mal? Ajak anak-binimu di kampung saja. Bersama Emak, menyadap karet, dan merawat limas. Tapi, mulut Mak Inang terkunci rapat.

Malam di langit ibu kota merangkak bersama muka Mak Inang yang terkesiap karena seekor tikus got hitam besar mendadak berlari di depannya. Keterkejutan Mak Inang disudahi suara adzan dari televisi. Perempuan itu kembali menekan tuas sumur pompa, air mengalir, jatuh ke dalam ember plastik. Ia membasuh muka tuanya dengan wudhu. Bersamaan dengan itu, mendadak gerimis turun, seolah ibu kota pun hendak mencuci muka kotornya dengan wudhu bersama Mak Inang. Muka tua yang telah keriput, mengkerut, dan carut-marut.

KELIEK SISWOYO (1955-2012)

Sumbangan Doyok bagi Jakarta

OLEH SENO GUMIRA AJIDARMA

Bagi para pembaca setia koran *Pos Kota*, kepergian Keliek Siswoyo (56) yang terasa mendadak pada Jumat, 3 Agustus 2012, niscaya meninggalkan perasaan yang kosong. Bagaimana jika tokoh gubahannya, Doyok, yang biasa muncul setiap hari, tidak akan pernah tampak lagi dengan segala komentarnya yang sinis, bahkan sarkastis?

Komentar yang tampaknya pantas saja hadir dalam dunia bebal yang sudah tidak mempan disindir, sebagai katarsis bagi para pembacanya yang setiap hari menjalani kenyataan hidup nan berat.

Memang, Doyok, tokoh baris komik (*comic strip*) di lembaran bergambar *Pos Kota*, selama ini muncul dari hari ke hari nyaris tanpa putus untuk menemani masyarakat urban kelas bawah Jakarta, yang disebutkan oleh Ashadi Siregar sebagai lapisan sosial yang mendapatkan dan mengetahui fakta-fakta sosial yang berlangsung di lingkungan yang dikenalinya, tetapi tidak dapat sepenuhnya berada di dalamnya. Adalah *Pos Kota* yang telah menjadikan kehidupan di bawah garis tetap aktual bagi lapisan ini (Siregar, 2000). Keberadaan Doyok sebagai bagian *Pos Kota* membuat Keliek Siswoyo berpeluang memberinya peran yang penting.

Subyek yang tertatap

Nama tokoh Doyok didapatkan Keliek Siswoyo karena dirinya selalu dipanggil, "Yok!". Doyok muncul pertama kali tahun 1978, ketika para redaktur menginginkan lembaran kartun muncul setiap hari, yang baru tercapai setahun kemudian, dan karena itu merekrut Siswoyo sebagai salah satu "pasukan kartunis" harian *Pos Kota*. Waktu itu, Doyok semula hanya berisi semacam pelesetan. "Kayak dari film *Kramer Vs Kramer* itu saya pelesetkan jadi Kromo Vs Kromo," ujarnya pada 2008 kepada *Intisari*.

Namun, popularitasnya tercapai (disukai 74,9 persen pembaca pada riset 1993) justru karena komentar sosial politiknya yang terbuka. Maka dalam koran *Pos Kota* yang tidak dikenal memiliki karikatur yang menyuarakan opini redaksi, Doyok seolah-olah menggantikan fungsi kartun-editorial, tempat pembaca mencari opini tersebut sebagai kompas penilaian keadaan.

Faktor apa saja yang membuat Doyok teridentifikasi oleh pembaca *Pos Kota* sebagai bagian diri mereka?

REPRO POS KOTA

Pertama, busana Doyok yang mengacu pada budaya Jawa, khususnya Yogyakarta (berdasarkan mondolan pada belangkonnya), ternyata selalu berbahasa Jakarta, sesuai dengan karakter urban yang mencari akar kedaerahan meski sudah bertransformasi menjadi warga Jakarta.

Kedua, meski berbahasa Jakarta, lingkungan fisik Jakarta dalam kartun Doyok sungguh mengasingkan warga kelas bawahnya itu, dari cara penggambarannya yang meski penuh gedung dan mobil lebih sering sepi tak bermanusia.

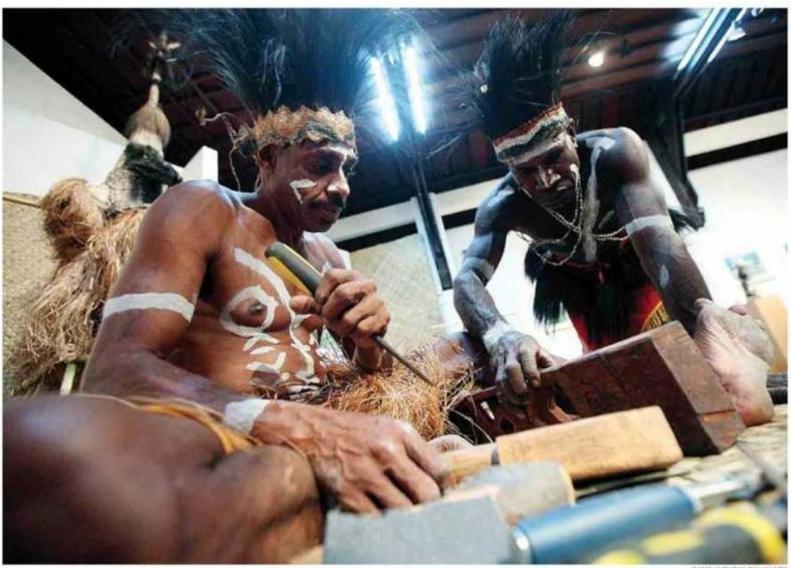
Ketiga, topik perbincangannya, yang mengaitkan peranan peristiwa nasional terhadap nasib mereka sebagai rakyat kelas bawah Jakarta, sering berakhir dengan pandangan mata tokohnya menatap kepada pembaca—seperti menariknya ke dalam bingkai untuk terlibat. Keunikan ini ternyata kemudian banyak ditiru.

Sumbangan Doyok

Dalam makalah *Being-in-The-World According to Doyok: A Study of Humor in Cartoon Comics*, pakar filsafat Toeti Heraty Noerhadi dalam sebuah simposium di London pada 1990 memanfaatkannya untuk memahami pandangan dunia rakyat dan bagaimana suatu kritik mendapat toleransi dalam masyarakat (masih Orde Baru) yang aspirasi nasionalnya mengutamakan harmoni dan konsensus.

Berdasarkan 114 kartun, Toeti juga menggunakannya sebagai cara menemukan koroborasi teori Arthur Koestler perihal humor sebagai bentuk kreativitas, yang berlatar teori Aristoteles dan Henri Bergson. Waktu saya kasih unjuk makalah tersebut, Keliek hanya berkomentar, "Bahasa Inggris begini, saya juga enggak *mudheng*!"

Betapa pun, dengan menghadirkan pengamatan atas Indonesia melalui Doyok setiap hari, dari tahun 1979 sampai 2012, sumbangan Keliek Siswoyo sebagai warga negeri ini tidak usah diragukan. Dalam *Pos Kota* edisi Sabtu, 4 Agustus, masih muncul karya "antisipasi 17 Agustus"-nya, dan pada halaman 1 terlihat Doyok berkata, "Saya akan terus menghibur pembaca *Pos Kota*." Mungkinkah semacam *re-run* karya-karyanya yang kini klasik? Terima kasih, Mas Keliek, dan selamat jalan!

SENO GUMIRA AJIDARMA
Wartawan

KOMPAS/TOTOK WIJAYANTO

Anakritus (kiri) dan Yohannes berdiskusi di sela-sela memahat patung ukiran dalam "Pekan Budaya Papua: Kamoro" di Bentara Budaya Jakarta, Rabu (1/8). Pameran yang menampilkan keunikan estetika seni kriya Kamoro ini akan berlangsung hingga Minggu (5/8).

Lihat Video Terkait "Pekan Ragam Budaya Kamoro" di vod.kompas.com/kamoro

BUDAYA

MARAMOWE ANAK CUCU OPOKORO

Patung pahatan kayu dan berbagai alat hidup suku Kamoro, Papua, dipamerkan dalam "Pekan Budaya Papua: Kamoro" di Bentara Budaya Jakarta, 31 Juli-5 Agustus 2012. Masa lalu orang Kamoro dihadirkan untuk mengenang sekaligus menghidupi seni ukir mereka yang kian ditinggalkan.

OLEH ARYO WISANGGENI G

Gelondongan kayu sepanjang 1,5 meter itu bertalu-talu oleh hantaman kapak Anakpitus Teko (34). Bentukan kasar Wamawe, bentuk figuratif dari pahatan kayu khas Kamoro, mulai jelas. Bobokan kapak membentuk tangan, lengan, paha, dan betis patung itu. Dari sela-sela lengan dan paha patung itu, tangan Anakpitus memainkan kapak, merapikan sisi dalam gelondongan berdiameter 0,4 meter.

Bunyi kapak menghantam dinding dalam gelondongan kayu itu bersahutan dengan bunyi eme, gendang tifa khas Komoro, yang dimainkan Joseph Ukapoka dan Sabinus Kaokayahe. Polycharpus Atahapoka dan Herman Kiripi yang duduk melingkari Wamawe garapan Anakpitus menggumamkan syair berbahasa Kamoro, nyanyian yang kerap berujung pekikan keras membuang napas.

Tarian mereka menambah sensasi bunyi lain, gemeresik taori, daun sagu kering yang menjadi busana para Maramowe, para pengukir Kamoro. "Nyanyian itu untuk menghadirkan arwah para leluhur agar hadir dalam prosesi memahat. Nyanyian membuat para pemahat tidak bosan atau mengantuk," kata Herman di sela nyanyiannya.

Dunia bawah

Ukiran Kamoro yang pada masa lalu memiliki fungsi ritual dibalut beraneka versi mitologi tentang relasi ukiran kayu serta orang Kamoro, dan salah satu versi mitologi itu dikisahkan Thimotius Samin (62), si kepala rombongan.

Thimotius menuturkan, Opokoro terpukau melihat rumah adat dunia bawah yang berhias Mbitoro, sebuah kayu ukiran setinggi 5 meter atau lebih yang diikatkan di tiang rumah adat para orang dunia bawah. Akhirnya, Opokoro harus kembali ke alam wadak karena sejumlah saudara lelakinya menyelam ke dunia lain setelah melihat noken Opokoro tertinggal di pohon di tengah sungai.

"Mimar, sang Muanuru dunia bawah, mengizinkan Opokoro dan saudaranya kembali ke alam dunia atas. Opokoro, sang Muanuru dunia atas, kembali ke alam manusia membawa berbagai ritual dan perayaan serta keahlian mengukir kayu Muanuru dunia bawah. Opokoro menggelar pesta ritual di rumah adat Kamoro, mendirikan Mbitoro, patung sakral di rumah adat," ujar Thimotius.

Sejak saat itu, setiap rumah adat selalu dilengkapi Mbitoro, yang diukir oleh para maramowe, pewaris keahlian mengukir Opokoro. "Tanpa Mbitoro, sebuah rumah bukanlah sebuah rumah adat. Mengukir, bagi kami, seperti mencatat segala hal tentang kehidupan kami. Dalam setiap Mbitoro terukir seluruh isi alam kehidupan orang Kamoro. Poros hidup orang Kamoro, seperti sungai, sampan, dan sagu, semua ada dalam Mbitoro," ujar Thimotius.

Kerinduan

Pekan budaya Komoro yang diselenggarakan Papua Center Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Indonesia menghadirkan apa yang disebut Thimotius sebagai "mencatat dengan ukiran". Pameran menyuguhkan sejumlah perkakas tradisional, baik perkakas rumah tangga maupun perlengkapan ritual, dari kayu berukir indah.

Mulai dari wemawe (ukiran figuratif), pokai (tongkat upacara suci), eme (gendang), hingga mbitoro, torupa (dayung), dan anyaman mbikao (topeng upacara pemanggilan arwah) benar-benar menyuguhkan kepiawaian para pewaris Opokoro. Sejumlah kajian antropologis kerap membandingkan suku Kamoro dengan suku Asmat, dua suku berbeda yang sama-sama ahli mengukir kayu. Berbagai ukiran yang dipamerkan menegaskan para maramowe memiliki karakter ukiran yang sama sekali berbeda dari anak-cucu Fumeripits, para pengukir suku Asmat.

Antropolog Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia, Muridan Satrio Widjojo, menyebutkan, beragam versi mitologi ukiran orang Kamoro selalu merujuk pada alam gaib "dunia bawah", seperti mitologi yang dituturkan Thimotius.

"Segala ukiran orang Kamoro pun melambangkan kerinduan orang Kamoro akan alam gaib 'dunia bawah'. 'Dunia bawah' selalu dianggap sebagai sumber segala kekuatan, kemakmuran, dan kesuburan bagi orang Kamoro. Semua pengetahuan dan kemajuan bersumber dari dunia bawah," kata Muridan.

Kerindungan akan "dunia bawah" dalam patung ukiran Kamoro, Muridan melanjutkan, sebenarnya merupakan kerinduan orang Kamoro terhadap kemakmuran, kesejahteraan, dan kesuburan.

Dibandingkan dengan suku-suku lain di Papua, Kamoro merupakan salah satu suku yang paling terguncang perubahan akibat kehadiran modernisasi di Papua. Bagaimana tidak, masyarakat peramu Kamoro bersentuhan dengan aktivitas pertambangan emas terbuka terbesar di dunia. Ampas batuan sisa penambangan emas mendangkalkan sungai-sungai poros kehidupan orang Kamoro sehingga membuat sampan kandas.

Tambang emas membawa banyak kucuran uang bagi suku Kamoro, salah satu dari tujuh suku penerima Dana Kemitraan Freeport bagi Pengembangan Masyarakat yang nilainya sebesar 1 persen dari pendapatan PT Freeport Indonesia. Kucuran Dana Kemitraan alias Dana Satu Persen itu justru menggelisahkan Thimotius.

Pekan Ragam Budaya Papua mengantarkan pemahaman baru tentang Papua bahwa betapa kaya ragam budaya Papua dan kegelisahan apakah kita akan mendapatinya dalam satu generasi mendatang.

FOTO

"Tanda Heran" Mitu M Prie

"*Barang siapa bekerja dengan jujur di atas tanah Papua, ia akan berjalan dari satu tanda heran ke tanda heran berikutnya.*" Ungkapan pendeta IS Kijne, misionaris asal Belanda, terasa pas menggambarkan keterpanaan Mitu M Prie selama sepuluh tahunan menjelajah pelosok Papua. Lewat "Ini Tong Pu Hidup", Mitu berbagi "tanda heran" itu.

Pasar tumpah di sebidang pelataran Keuskupan Jayapura menjadi salah satu dari 65 foto karya Mitu M Prie yang dipamerkan di Galeri Cemara 6 Jakarta, 2-12 Agustus. Aneka buah dan sayur berwarna-warni bertumpuk-tumpuk di atas terpal plastik beraneka warna, yang ditunggui oleh para mama penjual sayuran di jantung Kota Jayapura, Papua.

Tak ada meja jualan, tak ada los pasar yang atapnya menaungi para mama. Yang ada adalah papan-papan iklan dan dinding gedung-gedung bertingkat, kontras dengan para mama, sayur, serta buah-buahan mereka yang seperti terserak.

Foto berjudul "Pasar tumpah di Jayapura, para mama tak mau pindah" itu menampilkan obyek foto klasik di Kota Jayapura tempo kini. Hampir semua orang yang pernah ke Jayapura pasti pernah memotretnya. Biasanya, pemotret terangsang mendramatisasi situasi berjualan para mama dengan mengambil latar foto sebuah gedung bertingkat toko kelontong waralaba internasional yang berdiri persis di samping pasar tumpah para mama.

Tapi tidak dengan Mitu. Mitu justru memilih sudut pemotretan yang tak menghadirkan "drama" kontrasnya pasar para mama, yang bahkan tak pernah memakai timbangan untuk menakar harga dagangan, dengan toko kelontong modern itu.

"Mitu tak pernah berpretensi menghadirkan drama dalam fotonya. Justru itulah kekuatan karya Mitu dibandingkan foto seorang fotografer profesional. Mitu memotret dengan hati, menghasilkan foto yang berpusat pada isi, bukan foto yang sibuk menghadirkan komposisi indah atau dramatis. Foto Mitu menjadi kuat karena ia sepenuhnya memahami apa yang ia potret," ujar kurator pameran dan buku foto "Ini Tong Pu Hidup", Oscar Motuloh.

Lulusan Jurusan Arkeologi Universitas Indonesia tahun 1984 itu memotret sejak ia kanak-kanak. Mitu selalu menyebut dirinya beruntung karena pekerjaan sebagai konsultan kesehatan masyarakat dan perancang kampanye penanggulangan HIV/AIDS menuntun dirinya menjelajah Papua selama kurun waktu 2000-2011.

Perempuan itu cukup "badung" untuk berteguh hati menjelajah berbagai pelosok Papua yang sulit didatangi (dan lebih sulit lagi untuk ditinggalkan karena begitu sulitnya berebut tempat di pesawat 4-20 kursi untuk pulang). Mitu juga mempunyai kerendahan hati untuk mendengarkan dan memahami orang Papua.

"Pekerjaan saya berfokus dalam sebuah isu yang merambah ranah privat kehidupan orang, yaitu epidemi HIV/AIDS. Saya beruntung orang Papua memberi kesempatan kepada saya untuk mengenali sisi kehidupan mereka yang sangat pribadi," ujar Mitu.

Mitu membangun kepercayaan orang Papua dengan berbagai hal kecil yang jarang dilakoni orang lain. Duduk sambil bersama-sama memakan pinang-sirih di para-para bersama si empunya rumah, bercakap-cakap mempertautkan hati. Mitu mengenali anak-anak Papua, menyimpan harapan tentang masa depan mereka dan belajar memberikan kepercayaan kepada orang Papua.

Mitu memotret di sela percakapan, perjumpaan, dan pertautan hatinya dengan orang Papua, mengabadikan apa yang ia dapati dari keseharian hidup orang Jayapura, Sentani, Wamena, Sorong, dan Manokwari serta suku-suku lain di Papua. "Mereka bukan obyek foto saya. Mereka relasi kerja saya, kawan saya, banyak yang benar-benar saya kenali secara personal."

Papua yang lain

Hingga ribuan foto tentang Papua terkoleksi, Mitu tak juga memimpikan sebuah pameran ataupun pembuatan buku foto tentang Papua. Hingga sekitar lima tahun lalu, ia jengkel melihat "Papua versi berita" yang melulu mengeksploitasi konflik Papua dan sensasi eksotisme Papua.

Sejak sekitar dua tahun lalu, Mitu mulai memilih sekitar 1.000 foto tentang Papua, yang lantas ia sodorkan kepada Paul Kadarisman dan Oscar Motuloh. Oscar akhirnya memilih lebih dari 200 foto yang tertata dalam tiga bab buku *Ini Tong Pu Hidup*, yaitu "Kitorang", "Perempuan Perkasa Papua", dan "Tana Surga".

Zannuba A Chafsoh, yang lebih akrab dipanggil Yenny Wahid, saat membuka pameran foto Mitu lugas menarasikan salah kaprah mengurus Papua yang coba dijawab Mitu dengan foto-foto keseharian tentang orang Papua. "Membangun peradaban tak berarti mengubah mereka agar hidup dengan cara kita, tetapi menghargai cara dan pandangan hidup orang Papua serta menghadirkannya sebagai bagian dari Indonesia. Foto Mitu berupaya memanusiakan warga Papua dan kehidupan mereka," ujar Yenny.

Kita beruntung Mitu membagikan "tanda heran" itu. Tanggalkan prasangka, berikan ruang, biarkan hati merabai dan merasai "tanda heran" itu. (ARYO WISANGGENI G)

ARSIP MITU M PRIE

"Ini Tong Pu Hidup"

PUISI SITOK SRENGENGE

Kereta

1

Sendiri di Stasiun Tugu,
entah siapa yang ia tunggu
Orang-orang datang dan lalu,
ia cuma termangu

Sepasang orang muda berpelukan
(sebelum pisah) seolah memeluk harapan
Ia mendesis,
serasa mengecap dusta yang manis

Kapankah benih kenangan pertama kali tumbuh,
kenapa ingatan begitu rapuh?
Cinta mungkin sempurna,
tapi asmara sering merana

Ia tatap rel menjauh dan lenyap di dalam gelap
: di mana ujung perjalanan, kapan akhir penantian?
Lengking peluit, roda + roda besi berderit,
tepat ketika jauh di hulu hatinya terasa sisa sakit

2

Andai akulah gerbong kosong itu,
akan kubawa kau dalam seluruh perjalananku

Di antara orang berlalang-lalu,
ada masinis dan para portir
Di antara kenanganku denganmu,
ada yang berpangkal manis berujung getir

Cahaya biru berkelebat dalam gelap,
kunang-kunang di gerumbul malam
Serupa harapanku padamu yang lindap,
tinggal kenang timbul-tenggelam

Dua garis rel itu, seperti kau dan aku,
hanya bersama tapi tak bertemu
Bagai balok-balok bantalan tangan kita bertautan,
terlalu berat menahan beban

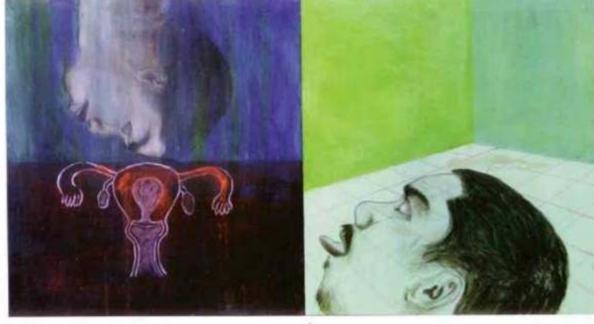
Di persimpangan kau akan bertemu garis lain,
begitu pula aku
Kau akan jadi kemarin,
kukenang sebagai pengantar esokku

Mungkin kita hanya penumpang,
duduk berdampingan tapi tak berbincang,
dalam gerbong yang beringsut
ke perhentian berikut

Mungkin kau akan tertidur dan bermimpi tentang bukan aku,
sedang aku terus melantur mencari mata air rindu
Tidak, aku tahu, tak ada kereta menjelang mata air
Mungkin kau petualang yang (semoga tak) menganggapku tempat parkir

Kita berjalan dalam kereta berjalan
Kereta melaju dalam waktu melaju
Kau-aku tak saling tuju
Kau-aku selisipan dalam rindu

Jadilah masinis bagi kereta waktumu,
menembus padang lembah gulita
Tak perlu tangis jika kita sua suatu waktu,
sebab segalanya sudah beda

Aku tak tahu kapan keretaku akan letih,
tapi aku tahu dalam buku harianku kau tak lebih dari sebaris kalimat sedih

THE JOURNEY OF INDONESIAN PAINTING

karya Jumaldi Alfi – **"LAHIRNYA SEORANG NARSIS"** (THE BIRTH OF NARCISSIST) TAHUN 2001
UKURAN: 160 X 90CM MEDIA: ACRYLIC ON CANVAS

Peretas

Seumpama pagi, kita pun lekas pergi
Sebagai sore, kita segera sampai
Dari dan ke pangkuan kelam

Di mana kita jadi penelusur gua gelita
Meraba, menaswir gema cinta
Terpisah dari yang selain desah

Raga melenggang bagai ganggang
Sukmaku menggapai sukmamu, bersitaut serupa kiambang
Larut dalam kelucak ombak pasang

Kulumur landai lampingmu sampai pasir menyerpih
Kudentur-dentur ceruk curammu hingga berbuih
Hingga kau-aku terhempas, terlepas, di altar tarikh

Peramlah separuh perih, sampai kaulihat rakit
dinakhodai cahaya fajar pertama dari kaki langit
Selebihnya biar kusemat di jantungku, betapapun sakit

Sebab, selagi selat susut semata kaki,
kita akan mulai saling mencari
Dipandu denyut nadi

Kuharap kita akan bersua di sebuah bukit hening
yang menyimpan mata air bening, di mana letih terbaring
seluruh luka pulih, seiring kita tandai segala yang asing

Dan di tanah yang tabah itu, hidup akan tumbuh
Kau bagian dariku, aku bagian dirimu, dua jiwa satu tubuh
Senantiasa saling butuh. Tanpa yang lain kita tak penuh, tak utuh

Sitok Srengenge, penyair yang juga menulis novel dan esai. Bukunya, antara lain, *On Nothing* (puisi), *Menggarami Burung Terbang* (novel), dan *Cinta di Negeri Seribu Satu Tiran Kecil* (esai).

Musim

Tak pernah henti cinta mencintai
sampai usai tak letih silih mengisi

Dulu
sebelum menyatu
aku bergelar lapar
kau bernama dahaga
Sama-sama baru tiba dari hampa

Lalu
dibimbing waktu
aku melahapmu
kau meregukku
Sejak itu kita bukan lagi yang sediakala

Betapa perkasa cinta
Ia jelmakan kita jadi manusia

Kuhasratkan kau rebah di tanah
sebab aku petani yang tabah
setia membajak dan mencangkulimu
memupuk dan mengairimu
Hingga kau bunting
melahirkan nasi ribuan piring

Kadangkala aku pekerja pabrik gula
merawat ladang tebu
atau menjaga gerak mesin gilingmu
Agar tak cuma aku
tapi semua yang dekat kita
tetap bisa menikmati manismu

Dalam dambaku kau seindah musim basah
selalu murung dan menangis
setiap kausaksikan kawanan burung
meninggalkan hutan tropis yang hampir habis

Kubuka sawah dan kebun
menadah gairah yang rimbun
sebelum kau berpaling sebagai musim kering
membuatku gering rindu peluhmu

Aku bergantung padamu
Tak perlu kuminta kau jadi yang kumau
Cinta ibarat bunga: merekah indah
sudah itu layu lalu luruh demi buah

Petani dan musim
tak terpisah

Peladang

Minggu, menunggu kuncup cintaku menjigrah jingga
Bagai bunga angsoka di halaman putih sang kekasih

Senin, senantiasa tanganku terulur serupa pohon nyiur
Menjinjing tempayan berisi sari kasihku sesuci susu

Selasa, selalu lamunanku menjulur seperti sulur ubi
Tekun mengukir kesiur kenang tentangmu di jalur nadi

Rabu, rabuku bergetar sesamar cahaya di marwah mawar
Menggambar gairah meruap harap dengan cinta merona

Kamis, kambojalah aku putih lembut semburat ungu
Hirup harumku sebagai penangkal kalut kalbumu

Jumat, jumpai aku si pucuk buluh membelai bulan subuh
Gugup menggurat gurit rindu dendam sampai sembilu lebam

Sabtu, sabar sekalem kalammu setabah benih berubah buah
Sadar hidup hanya jeda sebelum jiwaku jumbuh kaurengkuh

LATAR

PARA AYAH PUN PEDULI ASI

Para ayah ini sadar bahwa mereka memiliki kekuatan untuk tumbuh kembang anak. Bersama istri, mereka turut berjuang demi keberlangsungan pemberian air susu ibu. Mereka menjuluki diri sebagai Ayah ASI.

KOMPAS/MAWAR KUSUMA WULAN

Untuk mengampanyekan pentingnya peran ayah dalam tumbuh kembang anak, delapan ayah yang disatukan akun twitter @ID_AyahASI ini membuat buku berjudul *Catatan Ayah ASI*. Seluruh dana hasil penjualan buku disumbangkan bagi kampanye ASI.

Proses pemberian ASI bagi Aditia Sudarto (36) dimaknai sebagai usaha bersama yang melibatkan suami dan istri. Ia ikut menemani istrinya, Yulia Indriati (33), ketika mulai mengikuti kelas menyusui yang digelar Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI).

Dari kelas yang diikuti, ia meyakini bahwa setiap mamalia di muka bumi sudah dibekali Tuhan dengan air susu dari induk sendiri. Keinginan dirinya mendukung pemberian ASI bagi anaknya, Hanami Atalia Sudarto yang kini berusia empat tahun, menjadi semakin mantap setelah ia menghitung keuntungan finansial yang diraih.

Ia menghitung dan minimal bisa menghemat sekitar Rp 1,2 juta per bulan dari dana yang seharusnya digunakan untuk pembelian susu kaleng. "ASI itu mengikuti hukum ekonomi. Semakin banyak permintaan, semakin banyak pasokan," kata Aditia.

Dari kelas AIMI, Aditia memperoleh pengetahuan tentang metode memerah ASI secara manual, masa pemberian ASI eksklusif, manajemen tabungan ASI perah, hingga pemberian makanan pendamping ASI. "Selelah-lelahnya kita membesarkan anak, pasti masih lebih lelah istri kita," tuturnya.

Aditia mengaku tidak tega melihat istrinya yang sudah mengandung sembilan bulan masih harus menyisihkan tenaga untuk memompa ASI, membesarkan bayi, dan memberi ASI seorang diri. Aditia lalu berusaha meringankan beban itu dengan menyenangkan hati istrinya.

Ketika si kecil terbangun di malam hari dan tidak mau tidur lagi, Aditia mengganti peran istrinya untuk meninabobokan anak. "Saya teringat pesan konsultan ASI bahwa, supaya ASI terus lancar, jangan lupa membuat senang istri," kata Aditia.

Kampanye Ayah ASI

Ini pengalaman seorang ayah lain, Ernest Prakasa (30). Bagi dirinya, proses pemberian ASI untuk putrinya, Sky Tierra Solana (2), merupakan pengalaman terindah. Ia meyakini ASI berperan penting bagi proses interaksi antara ayah, ibu, dan bayi. "Laki-laki bukan tidak peduli, melainkan tidak sadar bahwa mereka seharusnya peduli," kata Ernest.

Awal pemberian ASI menjadi masa terberat. Pada beberapa hari pertama menyusui, istri Ernest, Meira Anastasia (29), harus menahan sakit di bagian pinggul. "Saya merasa putus asa karena tidak bisa membantu apa-apa selain mengusap punggungnya dan memberi kata penyemangat," kata Ernest.

Untuk mengampanyekan pentingnya peran ayah, Ernest, Aditia, dan enam ayah lainnya (Dipa Andika, Pandu Gunawan, Rahmat Hidayat, Shafiq Pontoh, Sogi Indra Dhuaja, serta Syarief Hidayatullah) membuat buku berjudul *Catatan Ayah ASI*. Seluruh dana hasil penjualan buku disumbangkan bagi kampanye ASI.

Para ayah ini juga membuat akun Twitter @ID_AyahASI sebagai wadah berbagi informasi tentang ASI. Mereka merasa prihatin karena mayoritas masyarakat masih menganggap pengasuhan anak sebagai urusan istri.

"Ayah perlu mendampingi istri karena proses menyusui membutuhkan kondisi aman dan tenang. Kami *ngedobrak* bahwa zaman sekarang ini ayah tidak bisa cukup cari duit dan duduk berpangku. Ini perubahan paradigma," tutur Dipa.

Hormon kasih sayang

Ketua Sentra Laktasi Indonesia Dokter Utami Roesli menegaskan pentingnya peran ayah. Ia mengutip hasil penelitian pada tahun 1994 yang menyebutkan bahwa keberhasilan menyusui yang tidak didukung ayah hanya 26,9 persen, sedangkan keberhasilan menyusui dengan dukungan ayah bisa mencapai 98,1 persen atau hampir 100 persen.

Pengeluaran ASI, menurut Utami, membutuhkan dua hormon penting, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin berperan dalam sintesa darah menjadi ASI. Hormon oksitosin atau yang dikenal sebagai hormon kasih sayang bertugas merangsang sel-sel payudara untuk mengerut sehingga memicu keluarnya susu dari pabrik ASI menuju saluran ASI.

"Hormon kasih sayang ini 90 persen dipengaruhi pikiran negatif dan positif. Sekali ibunya berpikir ASI kurang dan badan jelek karena gemuk, ASI tidak akan keluar. Tidak usah pertengkaran, *dicuekin* saja sama suami, sel-selnya tidak akan bisa mengerut," kata Utami.

Produksi ASI dipastikan akan melimpah ruah ketika si ayah bisa membuat istrinya bahagia. Utami lantas menyarankan agar para ayah terlibat dalam hal kecil, seperti memijat dan memandikan bayi. "ASI ibu pasti langsung berhamburan. Di sini peran ayah. Kedekatan ayah dengan bayi akan sama dengan ibu," ujarnya.

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan yang dilanjutkan hingga dua tahun dipastikan akan melahirkan generasi berkualitas. Anak-anak menjadi tidak mudah sakit, pintar, dan memiliki sifat mental yang baik. Kaum ibu pun terhindar dari serangan penyakit kanker payudara, kanker rahim, hingga keropos tulang.

Masyarakat Indonesia, Utami melanjutkan, masih belum sadar bahwa ayah memiliki kekuatan penting. Di negara lain, seperti di Skandinavia, ayah diakui memiliki peran penting sehingga memperoleh cuti dibayar hingga setahun ketika istri melahirkan. Ayah-ayah di Australia juga memperoleh empat bulan cuti melahirkan.

(MAWAR KUSUMA)

UDAR-RASA

Kuburan Sejarah

OLEH BRE REDANA

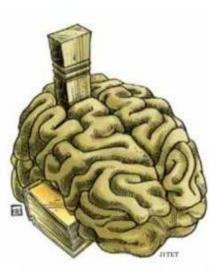
Kepada "sejarah nilai-nilai" atau *history of values* catatan ini hendak saya dedikasikan. Istilah sejarah nilai-nilai yang dimaksud di sini untuk membedakan dengan pengertian sejarah yang lain, taruhlah misalnya sejarah kemenangan, sejarah kejayaan, yang melindas dan meniadakan pihak yang dianggap kalah, salah, dan seterusnya.

Paradigma berpikir yang sering muncul dalam berbagai karya novelis Milan Kundera itu tebersit ketika membaca buku *Otobiografi Dr Batara Simatupang & Kumpulan Tulisan* yang baru saja diterbitkan oleh Yayasan Del tahun 2012 ini. Batara Simatupang adalah seorang eksil. Kelahiran Pematang Siantar tahun 1932—jadi kini usianya 80 tahun—ia adalah intelektual, ekonom, seangkatan Emil Salim semasa kuliah di UI tahun 1950-an.

Bersama Emil Salim dan sejumlah tenaga pengajar di UI, ia waktu itu dikirim tugas belajar ke Amerika. Sementara teman-temannya belajar di Berkeley, karena minatnya yang besar kepada perekonomian sosialis, Batara kemudian meninggalkan Amerika, memperdalam studinya di Yugoslavia dan Polandia.

Sampai kemudian meletus peristiwa G30S tahun 1965. Paspor Batara dicabut dan sejak itu ia terlunta-lunta di negeri orang. Saat ini Batara tinggal di Belanda sebagai warga negara Belanda.

Kuburan sejarah

Dalam buku setebal 462 halaman, Batara mengisahkan riwayat hidup serta menampilkan artikel-artikel ekonominya yang pernah dimuat di berbagai jurnal ilmiah. Di situ tampak sosoknya yang tegar, rasional, santun. Sikap dasar seorang intelektual yang mencari kemuliaan hidup lewat keketatan metode-metode ilmiah tak goyah oleh suatu peristiwa, yang disebut dengan istilah yang sangat bagus oleh Emil Salim: *historical twist*.

Implikasinya serius. Begitu status resmi kewarganegaraan hilang, sebagai manusia ia juga disingkirkan oleh manusia formal berkewarganegaraan. Pada saat kakaknya sakit dan dioperasi di Belanda—sang kakak adalah jenderal terkenal, yakni TB Simatupang—Batara harus menyingkir dari ruangan tatkala ada warga Indonesia membezoek. Ia mendapati pengalaman, tidak ada orang Indonesia—terutama lingkungan kedutaan—bersedia bersalaman dengannya.

Tahun 1980-an, ketika sudah mendapat kewarganegaraan Belanda, ia pernah pulang ke Indonesia untuk bertemu ibunda dan sanak saudara. Dikenangnya ia harus lapor polisi ke mana pun ia pergi.

Dia pulang waktu itu dalam suasana Lebaran. Ia gunakan kesempatan indah tersebut untuk bersilaturahim dengan para kolega di masa lalu, seperti Emil Salim dan Sadli, yang waktu itu menteri. Tergambar di sini kehangatan Emil Salim. Di rumah Emil Salim ia bertemu seorang menteri berlatar belakang militer. Emil Salim memperkenalkannya. Sang menteri ini, seperti diceritakan Batara, menariknya ke tempat yang tak terlalu ramai.

"Kalau Batara komunis, Anda adalah musuh saya," kata beliau tegas, begitu kutipan Batara dalam bukunya. Saya menjawab, "Kita masing-masing adalah 'anak dari zamannya'." Pembicaraan berhenti di situ dan pertemuan pun berakhir, dan kami bersalaman dengan mengucapkan selamat Lebaran dan maaf lahir batin.

Batara menutup otobiografinya dengan pernyataan bahwa dia menulis otobiografi itu pada usia menjelang 80 tahun. Diakuinya, daya ingat telah mundur, catatan tertulis terbatas, dan masa lalu katanya telah banyak yang ditutupi oleh kabut waktu yang tebal.

Itulah sejarah. Sejarah kemenangan dan kejayaan tersebar di mana-mana catatannya. Sementara sejarah nilai-nilai? Ketika kehidupan bersama semakin merosot kualitasnya, sejumlah orang bertanya, di mana nilai-nilai yang dulu? Yang ada pada para tokoh pendiri bangsa ini dan para politisi di masa lalu?

Kalau kuburan ada sektor-sektornya, nilai-nilai hidup, ketabahan, kerja keras, kebersamaan, penghargaan terhadap persahabatan, masuk ke kuburan sejarah di sektor lupa.

REDAKSI YTH

Surat untuk Redaksi Yth hendaknya dilengkapi fotokopi KTP/SIM/paspor yang masih berlaku, berikut nomor telepon yang dapat dihubungi. Kompas tidak mengembalikan surat-surat yang diterima.

"Refund" Uang Lady Gaga Bermasalah

Sudah hampir dua bulan sejak konser Lady Gaga dibatalkan, dan sampai sekarang saya baru menerima satu *refund online* ke rekening kartu kredit saya dari empat pembelian tiket. Setiap ditanya ke pihak Big Daddy dan My Ticket melalui Twitter atau telepon, jawabannya selalu sedang diproses dan lama karena dari pihak bank.

Mengapa uang konsumen "ditahan" selama ini tanpa ada jawaban yang jelas? Satu hal lagi, ternyata *refund* adalah hanya nilai tiket. *Ticketing fee* dan *credit card charge* tidak dikembalikan sama sekali. Sebagai informasi, tiket seharga Rp 750.000 dijual seharga Rp 780.000-an dengan *fee* tersebut, tetapi dikembalikan hanya Rp 750.000.

Bagaimana tanggung jawab Big Daddy yang seharusnya mengembalikan seluruh uang yang telah dikeluarkan konsumen? Jika ada ribuan penonton, berapa keuntungan yang diambil Big Daddy kalau satu orang berkurang uangnya Rp 30.000?

KENNY SANTANA
Apt Residence Taman Rasuna, Setia Budi, Jakarta Selatan

KOMPAS
TERBIT SEJAK 28 JUNI 1965

Pemimpin Umum: Jakob Oetama
Wakil Pemimpin Umum: Agung Adiprasetyo, St. Sularto
Pemimpin Redaksi/Penanggung Jawab: Rikard Bagun
Wakil Pemimpin Redaksi: Trias Kuncahyono, Budiman Tanuredjo, Ninuk Mardiana Pambudy
Redaktur Senior: Ninok Leksono, August Parengkuan
Redaktur Pelaksana: James Luhulima
Wakil Redaktur Pelaksana: Mohammad Bakir, Bambang Sigap Sumantri
Sekretaris Redaksi: Retno Bintarti, M. Nasir

LUKMAN
ANGKAT BESI KITA MAMPU RAIH EMAS

Siapakah atlet Indonesia yang paling banyak meraih medali olimpiade? Jawabnya adalah pebulu tangkis Susy Susanti (satu emas dan perunggu), lifter Lisa Raema Rumbewas (dua perak), Triyatno (satu perak, satu perunggu), dan Eko Yuli Irawan (dua perunggu).

OLEH YUNAS SANTHANI AZIS

Namun, siapakah pelatih yang paling banyak "mengumpulkan" medali? Jawabannya adalah pelatih angkat besi, Lukman, yang lewat anak-anak asuhnya mengumpulkan dua perak dan tiga perunggu.

Ada 24 lifter angkat besi dari 18 negara dan empat benua yang berkompetisi di kelas 69 kilogram pada Olimpiade 2012. Banyak di antara mereka adalah bintang dunia. Ada juara Eropa, juara Asia, peraih perak Olimpiade 2008, dan para lifter yang berprestasi tinggi di sekian edisi kejuaraan dunia. Namun, yang paling populer pada laga yang berlangsung di gedung pusat pameran dan konferensi ExCeL Arena London, Selasa lalu, adalah lifter Indonesia Triyatno dan Deni.

Ukurannya, hanya terhadap Triyatno dan Denilah pemandu acara pertandingan menggunakan bahasa Indonesia saat mengumumkan bahwa kedua lifter itu akan segera naik panggung arena untuk mengangkat barbel. Terhadap yang lain, si pemandu tetap menggunakan bahasa tuan rumah, Inggris. "Triyatno bersiap-siap," katanya dalam bahasa Indonesia dengan logat bule.

Kepopuleran itu dibalas Triyatno dengan sikap yang bersahabat di luar arena. Setelah meraih medali perak dalam perlombaan itu, Triyatno dicegat sejumlah wartawan Eropa di *mixed zone*, areal khusus tempat insan pers dapat bertemu dan mewawancarai atlet seusai bertanding.

Tak ada sikap canggung. Triyatno menghadapi mereka dengan tersenyum dan semua pertanyaan dijawab dengan bahasa Inggris. Ada sosok kunci di belakang prestasi, sekaligus sikap penuh percaya diri dan supel dari Triyatno (juga Eko Yuli Irawan, rekan satu sasana angkat besi di Balikpapan, Kaltim, yang sehari sebelumnya meraih perunggu kelas 62 kilogram putra).

Dia adalah Lukman, lelaki berumur 46 tahun kelahiran Pringsewu, Lampung. Lukman terlihat selalu mendorong kedua atletnya untuk melayani permintaan wawancara wartawan, juga permintaan penonton untuk berfoto bersama atau sekadar berbincang. Dia juga yang berulang kali mengingatkan atletnya, mereka harus terus mendalami bahasa Inggris.

"Mereka itu lifter juara di tingkat dunia. Mereka harus belajar bersikap sebagai bintang," kata Lukman beberapa jam setelah lomba, di selasar lantai tiga ExCeL Center. Lukman telah membawa lifternya di tiga olimpiade sejak Sydney 2000. Sejak itu, dia secara tidak langsung sudah mengumpulkan dua perak dan tiga perunggu. Anak asuhnya, lifter putri Lisa Raema Rumbewas meraih perak di Sydney 2000. Lisa kembali meraih perak di Athena 2004. Namun, sejak setahun sebelumnya dia tak lagi ditangani Lukman karena putri mantan binaragawan Levi Rumbewas itu tak lagi merasa cocok dilatih Lukman.

Di Beijing 2008, Lukman membawa Eko dan Triyatno. Keduanya meraih perunggu kelas 56 dan 62 kilogram. Di London, Eko dan Triyatno naik kelas dengan tetap membawa pulang medali, perunggu dan perak.

Lisa, Triyatno, dan Eko adalah buah ketekunan Lukman melatih dan mengasuh atlet bertahun-tahun. Lisa "dipegang" Lukman sejak 1997, sementara Triyatno dan Eko dilatih sejak 2001 ketika keduanya berusia sekitar 14 dan 11 tahun dengan di masa-masa awal pembinaan, kedua lifter itu ditangani rekan Lukman, Yon Haryono.

Prospek Indonesia

Berbincang sambil sarapan pagi di sebuah mal yang berdampingan dengan Olympic Park di Stratford London, Kamis lalu, Lukman menceritakan tentang pandangannya atas prospek angkat besi Indonesia di pentas dunia.

Apa yang Anda lakukan sehingga lifter-lifter Anda bisa mengumpulkan dua perak dan tiga perunggu olimpiade?

Semua kembali kepada komitmen jangka panjang. Saya menangani Lisa tiga tahun di Kalimantan Selatan, sebelum dia tampil di Sydney 2000. Saya bisa melakukan itu karena juga ada komitmen penuh dalam mendukung saya dari Pak Dharma Surya (Ketua Pengurus Besar Persatuan Angkat Besi, Binaraga, dan Angkat Berat Seluruh Indonesia yang juga Ketua Pengurus Daerah Kalsel saat itu). Dengan demikian, pendanaan terbantu, termasuk pengiriman atlet untuk bertanding ke luar negeri. Dari segi nutrisi, saya dibantu dokter Paidon. Dengan Eko (lahir 24 Juli 1989) dan Triyatno (lahir 20 Desember 1987) sudah sejak mereka umur 11 dan 14 tahun. Semula mereka dilatih rekan dan yunior saya, Yon Haryono, di Lampung. Lalu, keduanya kami pindahkan ke Parung Panjang karena fasilitas di tempat itu lebih baik. Sementara Yon tak bisa pindah karena keluarganya ada di Metro, Lampung.

Metode melatihnya bagaimana hingga para lifter Anda bisa berprestasi dunia?

Angkat besi itu cabang terukur. Saya selalu berpegang pada statistik pencapaian terbaik lifter-lifter dunia. Itu jadi panduan saya dalam melatih dan mengembangkan prestasi lifter secara bertahap agar kemampuan mereka bisa bersaing. Dalam pertandingan, data yang kita kuasai itu juga berperan membuat atlet tak terlalu terbebani secara psikologis. Dalam lomba, ada *pressure* yang tinggi terhadap atlet. Dengan saya mengantongi data yang kuat, saya jadi sangat tahu tingkat kemampuan atlet saya di dalam kompetisi. Saya tidak perlu mengatakan kamu harus dapat emas, harus perak, atau perunggu. Seperti kemarin (saat lomba kelas 69 kg), saya tinggal bilang, Tri (Triyatno), ini prestasimu 150 kilogram (angkatan *snatch*) dan 187 kg (*clean and jerk*) dalam seleksi tim olimpiade. Kamu munculkan, dah. Dapat tidak dapat, itu tidak masalah. Yang penting bagi saya, kamu tunjukkan prestasi kamu. Nah, strategi di lapangan dan sebagainya itu urusan pelatih. Namun, saya sudah tahu, kalau dia bisa melakukan itu, dia punya peluang medali.

Mereka lifter dengan bakat luar biasa, tentunya?

Mereka sangat cerdas. Seorang lifter itu dituntut punya intelegensia tinggi, tidak cuma otot yang kuat seperti yang dipikir banyak orang. Hanya mereka yang punya intelegensia tinggi yang dapat dengan cepat menguasai teknik angkatan dinamik, teknik yang memerlukan kerja seluruh otot tubuh. Ada koordinasi gerakan seluruh tubuh juga tuntutan untuk bisa melakukan teknik secara presisi di sana. Parameter fisik untuk jadi lifter juga bukan cuma kekuatan. Triyatno, misalnya, di pelatnas lalu, tes *vertical jump*-nya paling tinggi. Tes kecepatannya (dalam lari 10 meter) juga lebih cepat dari sejumlah pelari atletik.

Anda membawa tiga lifter di tiga olimpiade, hasilnya lima medali. Puaskah?

Bisa dibilang belum puas. Di Sydney, prediksi saya Lisa bisa dapat perak. Ternyata dia meraih perak dengan total angkatan yang sama dengan peraih emas. Itu hanya karena Lisa kalah di berat badannya.

Dalam lomba kelas 48 kg putri di Sydney 2000 itu, awalnya Lisa berada di urutan ketiga dengan total angkatan 185 kg. Posisi kedua ditempati lifter AS Tara Nott dengan total angkatan yang sama. Adapun peringkat pertama dan peraih emas adalah lifter Bulgaria Isabela Dragnova dengan 190 kg. Belakangan, emas Dragnova dicabut karena dia terbukti mengonsumsi *diuretika furosemide*. Doping. Emas pun diberikan kepada Nott dan perak kepada Lisa.

Apakah angkat besi Indonesia mampu meraih emas di olimpiade?

Saya sangat yakin. Kita lihat contoh fakta saja. Setelah Olimpiade 2008, Eko naik kelas di 2009. Tahun itu dia ikut dua *event* sekaligus, Kejuaraan Dunia Yunior dan Kejuaraan Dunia senior. Di Yunior, dia jadi juara dunia. Di senior, di angkatan total dia dapat perak dengan hanya selisih dua kg dari sang juara. Di *clean and jerk*, Eko dapat emas. Dia bisa meski dikeroyok dua lifter China. Dengan kondisi angkat besi Indonesia seperti sekarang, hasilnya sudah seperti ini. Kalau bicara emas, bukan saya bicara muluk, kemungkinannya sangat besar.

Mengapa angkat besi China bisa berprestasi luar biasa?

China bisa karena penanganan cabang angkat besinya jauh lebih komprehensif dan jangka panjang. Mereka punya tim nasional, dibentuk komprehensif, atletnya terpilih, pelatihnya, tim pendukungnya juga solid dan punya kemampuan di bidang masing-masing. Tidak sampai ada yang tak jelas masuk di situ dan membuat kacau. Indonesia juga punya Prima (Program Indonesia Emas), tetapi saya rasa belum maksimal karena orientasinya terputus. Misalnya, ada program untuk SEA Games. Setelah selesai, atlet pulang kembali ke daerahnya, istirahat satu-dua bulan sambil menunggu turunnya surat keputusan baru untuk pelatnas berikutnya. Budaya kita, kan, kalau libur, senang, tidak berlatih. Kalau dikondisikan jangka panjang, orientasinya adalah ke olimpiade dengan *event-event* dari olimpiade ke olimpiade adalah bagian tahapan yang harus dilalui, atlet akan sadar. Mereka merasa cukup yang namanya libur dua minggu, lalu harus kembali berlatih.

Bagaimana memulainya?

Kita harus ubah sudut pandang kita. Saya tidak habis pikir mengapa sambutan terhadap (lifter peraih) emas SEA Games terkesan lebih wah dibandingkan dengan saat mereka meraih medali kejuaraan dunia. Itu karena SEA Games *multievent* dengan membawa nama kontingen negara. Padahal, mengibarkan bendera Merah Putih itu lebih tinggi di kejuaraan dunia, lebih tinggi levelnya. Saya mohon maaf, seharusnya dalam hal ini pemerintah bisa lebih bijak melihat jenjang kejuaraan. Itu yang pincang. Di China, kejuaraan biasa dan tingkat dunia dilihat berbeda. Topnya adalah olimpiade, lalu kejuaraan dunia satu tingkat di bawah olimpiade. Kebijakan atas penilaian itu yang harus lebih dulu diubah.

Selanjutnya?

Prestasi itu mahal. Jadi, dukungan harus maksimal. Tidak cuma soal dana, peralatan, dan pengiriman atlet bertanding ke luar negeri. Juga dukungan dari segi medis, pijat olahraga, dan nutrisi. Saya merasakan beratnya menjalankan pusat latihan angkat berat sendiri. Arahnya ingin jadi padepokan, tetapi belum seperti itu karena padepokan itu semua fasilitas, yaitu tempat tinggal atlet, tempat latihan, dan lain-lain, ada di satu tempat. Sekarang belum meski mengarahkannya ke sana.

Lukman, yang sempat berhenti melatih pasca-Olimpiade 2004, mendirikan sasana latihan angkat besi beberapa tahun setelah pindah dari Kalimantan Selatan ke Balikpapan, Kalimantan Timur, pada 2005. Selain Triyatno dan Eko, Lukman kini juga menangani enam lifter pelapis yang terus dipoles untuk, dalam jangka waktu dekat, bisa berbicara di ajang nasional. Menurut Lukman, mengelola sasana angkat besi memerlukan pengorbanan besar. Dia juga harus ikut mengurus tempat tinggal atlet, makanan mereka, dan ikut berupaya mencarikan kerja bagi anak asuhnya yang telah dewasa. Kini, Triyatno telah bekerja sebagai pegawai pemda dan Eko yang tengah mengikuti proses ujian persamaan ijazah paket C diharapkan bisa menjadi karyawan Pemerintah Provinsi Kaltim tahun ini.

Kita punya banyak pelatih angkat besi andal?

Banyak. Tentu tetap harus ada kepelatihan untuk meningkatkan jenjang kemampuan. Pelatih kita banyak yang andal karena di Indonesia, kalau tidak gila, tidak akan jadi pelatih. Pelatih di sini harus berkorban segalanya, waktu, tenaga, pikiran, materi. Sejak saya jadi pelatih, sampai hal-hal yang berkaitan dengan makanan atlet harus diurusi, sampai ikut berjuang agar atlet dapat pekerjaan. *Multi-job*. Tanggung jawab pelatih di Indonesia itu besar sekali.

Penghargaan terhadap pelatih?

Penghargaan terhadap pelatih masih sebelah mata. Waktu tim olimpiade ini berlatih di China, Pak Tono (Tono Suratman, Ketua KONI Pusat) datang. Pelatih kepala China yang sudah 28 tahun jadi *head coach* ditanya soal penghargaan terhadap pelatih. Dia bilang dulu memang cuma 30 persen (dari yang diberikan kepada atlet), sekarang sudah sama. Penghargaan itu haruslah lebih proporsional. Dari kasus nyata pengalaman saya, atlet dapat bonus sekian, itu didengar istri saya dari teman-teman di komunitasnya. Waktu dia dapat jawaban berapa yang saya terima, dia hanya bisa tersenyum menahan kecewa. Ini bukan saya tidak puas. Ini masukan saja buat pemerintah.

KOMPAS/YUNAS SANTHANI AZIS

PENGABDIAN

"Saya Harus Lebih Baik dari Pak Imron"

Lukman adalah bagian dari kekuatan angkat besi putra Indonesia pada era 1980-an hingga paruh awal 1990-an. Di kurun itu tercatat nama Lili Entong, Dirja dan Hadi Wiharja, Nyoman Sudarma, serta Lukman yang menyapu 15 dari 18 medali emas yang diperebutkan dalam SEA Games 1987.

Sejak itu, kiprah lifter Lukman terus bertahan. Dia meraih emas pada SEA Games 1989, 1993, dan 1995. Medali perak dia raih pada SEA Games 1991 dan Kejuaraan Asia 1994.

Seperti banyak lifter dan mantan lifter utama Indonesia, lelaki kelahiran Pringsewu, 7 Juli 1966, itu juga mentas dari tangan dingin empu angkat besi, Imron Rosadi, di kota kecil Lampung tersebut. Imron pula yang menjadi inspirasi Lukman ketika dia memutuskan untuk menjadi pelatih. "Saya harus bisa lebih baik dari Pak Imron," katanya.

LUKMAN
- **Lahir:** Pringsewu, Lampung, 7 Juli 1966
- **Istri:** Lanny I Wijaya
- **Anak:** Karissa Lukman (7 tahun), Kevia Lukman (4 tahun)

Namun, jalan menjadi pelatih tidak begitu saja ada dalam benaknya. Sejak remaja, dia sadar masa depan sebagai atlet tidaklah pasti. Oleh karena itu, sejak meniti karier awal sebagai lifter, dia tak mau melepaskan bangku sekolah. Lulus dari sekolah atlet Ragunan, Lukman meneruskan kuliah di Akademi Perbankan Perbanas. Masuk pada 1986, Lukman baru lulus lima tahun kemudian. "Lama, tetapi tetap saya tekadkan untuk selesai," tutur Lukman lagi.

Begitu pensiun sebagai atlet pada 1997, dia ditawari oleh Pengda PABBSI Kalimantan Selatan agar melatih di provinsi itu. Iming-imingnya, memperdalam ilmu kepelatihan angkat besi di China. Lukman menerima tawaran itu dan selama tiga bulan berkeliling di pelatnas dan beberapa pedepokan angkat besi di negeri "Naga Asia" tersebut.

Tangan dingin tak cuma menjadi bagian dari karier kepelatihan Lukman. Suami dari dokter Lanny Wijaya itu juga beberapa kali tenggelam dalam kontroversi, dari ribut-ribut di dunia angkat besi menyusul ketidakcocokan yang dirasakan anak asuhnya, Lisa Rumbewas, di tahun 2003 hingga tuduhan keteledoran membawa sejumlah atlet ke dokter yang kemudian memberikan obat berkategori doping.

Lukman pun akhirnya sempat menyepi dari dunia angkat besi. Setahun setelah Olimpiade Athena 2004, dia mengikuti sang istri yang bertugas ke Balikpapan, Kalimantan Timur. Namun tak lama, Lukman kembali ke dunianya. Di kota minyak itu, kembali dia mendirikan sasana latihan angkat besi dan membawa dua lifter yang telah lama ikut dia asuh, Triyatno dan Eko Yuli Irawan, ke sana.

Hingga kini, sebagian besar napas sasana itu didanai oleh uang Lukman sendiri. Lukman dan keluarganya memang memiliki usaha, seperti apotek. Diakui, terkadang istrinya merasa dinomorduakan oleh para lifter yang bernaung di sasananya itu. Bagaimana tidak, begitu bangun tidur di pagi hari, sering kali yang pertama dilakukan Lukman adalah menelepon untuk menanyakan dan mengurusi anak-anak asuhnya.

NAMA & PERISTIWA

NADILA ERNESTA

TAKUT KUCING

Pemain sinetron Nadila Ernesta (24) tampak cuek. Ia mengobrol sembari rebahan di kasur empuk di sela pengambilan gambar acara *Sketsa Komedi Ramadhan* di Kompas TV, Kamis (2/8). Sambil berbincang, tangannya sesekali asyik memainkan tuts komputer jinjing yang juga tergeletak di kasur.

Di tengah perbincangan, Nadila tiba-tiba melompat kaget. Wajahnya tegang ketika melihat seekor kucing mungil yang mengeong dari luar jendela kamar.

"Aku fobia kucing. *Ndak* tenang banget hidupku kalau lihat kucing. Hiiii...," kata Nadila.

Takut pada kucing, sebaliknya Nadila mengaku sangat menyukai anjing sebagai binatang peliharaan. "Anjing itu lucu dan tidak menakutkan...."

Pada bulan Ramadhan kali ini, Nadila menghabiskan waktu dari pagi hingga sore demi pengambilan gambar acara komedi. Di acara yang tayang setiap hari itu, Nadila memainkan peran mulai dari nenek, emak, hingga gadis muda.

Nadila jatuh cinta pada dunia hiburan sejak bermain sinetron pada 2004. Dari awalnya hanya iseng, ia kini menjalani profesi sebagai artis. "Aku tahu kapasitasku dan aku bukan tipe pemimpi. Jalani yang aku nyaman dan aku bisa," katanya. (WKM)

KOMPAS/TOTOK WIJAYANTO

KOMPAS/WAWAN H PRABOWO

KARTIKA PUTRI

Sahur di Studio

Bulan Ramadhan penuh berkah. Itu dirasakan benar oleh artis sinetron dan film, Kartika Putri (21). "Alhamdulillah rezekinya mengalir banget. Saya tampil di beberapa acara televisi," ujarnya saat ditemui seusai *shooting* acara *Pesbukers* di Studio Antv Epicentrum, Jakarta, Jumat (3/8) malam.

Saking sibuknya, setiap hari Kartika pontang-panting dari satu studio ke studio televisi lain mulai subuh, menjelang waktu berbuka, hingga malam hari. "Saya hanya sempat tidur enam jam sehari," ujar artis yang mulai dikenal lewat film *Nenek Gayung* dan *Mama Minta Pulsa*.

Kadang, Kartika melanjutkan, dia harus sahur di studio di sela-sela *shooting*. "Sahur di studio sebenarnya enggak tenang. Beda banget, deh, sama sahur di rumah," tutur Kartika yang berusaha sahur di rumah jika tidak ada *shooting* saat dini hari.

Untuk menjaga tubuh tetap bugar di tengah kesibukan kerja, Kartika berusaha menerapkan pola hidup sehat. "Saya tidak merokok, tidak minum alkohol, dan tidak *nongkrong* sama teman-teman. Pulang *shooting*, saya langsung pulang ke rumah orangtua di Duren Sawit," katanya.

Kartika juga untuk sementara menjauh dari dunia sinetron dan film. "Kalau semua tawaran diambil, saya pusing mengatur jadwalnya. Tampil di televisi saja sudah sangat menyita waktu," ujarnya. (BSW)

PAULA VERHOEVEN

Kebablasan

Tinggal sendiri di apartemen di Jakarta, model Paula Verhoeven (24) pernah kebablasan tidur ketika waktu sahur tiba. Namun, ia selalu berusaha untuk menyempatkan diri mengisi perut sekadarnya.

"Puasa baru berasa ketika jauh dari keluarga. Sahur sendiri, masak sendiri. Jeleknya aku suka kebablasan tidur he-he-he...," kata model yang keluarganya tinggal di Semarang itu.

Untuk menyiasati keterbatasan waktu, Paula biasanya telah menyiapkan menu sahur setelah buka puasa. Mau tahu menu sahurnya? "Nasi merah dan sayur. Biasanya saya masak taoge cah, omelet, *mushroom*, ikan bakar, dada ayam *steam* atau bakar," kata Paula.

Siasat lain adalah dengan makan lewat tengah malam. Terutama ketika ia harus pulang tengah malam dan paginya harus bekerja lagi. "Jadi, jatah sahur aku *duluin* supaya waktu tidur lebih lama."

Selama puasa, aktivitas Paula sebagai model memang berkurang, tetapi tetap saja ada, antara lain pemotretan untuk majalah atau pengambilan gambar oleh stasiun televisi. Paula pun tetap menjaga kebugaran dengan senam selama puasa. Ia biasanya berlatih kebugaran sekitar setengah jam sebelum waktu buka puasa.

"Kalau orang lain *ngabuburit*-nya jalan-jalan atau *nongkrong* di mana *gitu*, aku *ngabuburit*-nya *nge-gym* saja." (XAR)

KOMPAS/WAWAN H PRABOWO

Sosialita

Aku & Rumahku: Di Sanalah "Jersey" Berlindung

Rumah adalah tempat berlindung keluarga dan selumpuk kaus kebanggaan ("jersey") tim sepak bola ternama. Begitulah artis sinetron dan presenter sepak bola Ibnu Jamil memaknai rumahnya. >>HAL 33

VINNA
MERAJUT MIMPI

Vinna mengenal etos kerja sejak belia, saat ia bekerja sebagai pramuniaga toko di Singapura kala libur sekolah. Ia belajar dari desainer kelas dunia di Paris ketika ia jadi model. Dengan semangat itu, Vinna membangun bisnis sendiri.

OLEH NUR HIDAYATI

Vinna Novetri kini mengelola Qyvision PR, perusahaan agensi kehumasan yang ia bangun bersama sahabatnya. Di luar lingkup perusahaan itu, ia juga merintis produksi tas berbahan kulit piton Indonesia bermerek Kanan yang kini mulai menembus pasar Amerika Serikat.

Bagi Vinna, bisnis dan *fashion* adalah dua hal yang sanggup membuatnya bekerja keras, tujuh hari seminggu kalau perlu. Itu karena perempuan berdarah Bugis ini mencintai apa yang ia kerjakan. Baginya, *fashion* adalah representasi keindahan warna, bentuk, dan rasa. Di situ pula ada keajaiban daya kreasi manusia.

Bisnis yang kini ia bangun menjadi muara dari kecintaan dan pengalaman menggeluti karier yang membuahkan jaringan. "Modal penting buat bisnis ini adalah jaringan," ujarnya.

Perjalanan Vinna membentuk etos kerja dan jaringan itu ia mulai sejak belia. Pelajaran pertama tentang kemandirian didapat Vinna pada usia sembilan tahun ketika orangtuanya mengirim ia ke Singapura—bergabung dengan dua kakaknya—dan menamatkan sekolah di sana.

"Waktu itu, meski masih kecil, saya sudah *mikir* kalau *pengen* jajan atau beli keperluan sehari-hari karena uang saku ketat. Mesti *nunggu* Ibu datang menjenguk sebulan sekali," ujarnya.

Menginjak usia 12 tahun, Vinna tinggal sendiri di Singapura karena kedua kakaknya pindah untuk melanjutkan kuliah di Indonesia dan Swiss. Pada usia 14 tahun, Vinna mulai menemukan keasyikan mencari uang saku tambahan dengan bekerja saat liburan.

"Aku kerja di butik jadi pramuniaga. Dari situ aku *ngerti*, ada pekerjaan-pekerjaan sederhana dan menghasilkan uang," ujar perempuan bertubuh tinggi dan ramping ini.

Saat usianya beranjak 15 tahun, agensi model di Singapura "menemukan" Vinna. Wajah remaja Vinna yang unik dengan mata dalam dan tulang pipi tinggi, menghiasi majalah-majalah seperti *Go Magazine* dan *Her World* pada era awal 1990-an.

Ia juga menjadi model iklan, termasuk untuk iklan wisata Indonesia yang ketika itu ditayangkan di jaringan televisi CNN. Pengalaman baru, melihat wajahnya disulap mengesankan di halaman majalah atau iklan TV, sekaligus mengantongi uang hasil kerja sendiri, membuat Vinna jatuh hati pada dunia model.

"Ternyata mau jadi *waitress* atau model itu semua kerja keras," ujarnya.

Pemalu

Tamat SMA, Vinna melanjutkan kuliah bisnis di Sydney, Australia. Ia masih melanjutkan karier sebagai model di "negeri kanguru" itu. Ia berusaha pemotretan tidak mengganggu kuliah. Meski demikian, "godaan" untuk meninggalkan bangku kuliah kerap datang. Satu-satunya yang sempat tak kuasa ia tampik adalah tawaran menjadi VJ (*video jockey*) MTV Asia yang pada 1996 itu baru membuka kantor distribusi program di Singapura. Ia pun cuti tiga bulan dari kampus untuk menggarap pekerjaan itu di Singapura.

Memandu acara "MTV Most Wanted" yang saat itu digandrungi remaja seantero Asia bukan sekadar pengalaman baru bagi Vinna, tetapi juga tantangan baru. "Jadi model dan presenter itu beda banget, apalagi harus wawancara artis-artis kayak Michael Learns to Rock dan M2M waktu mereka datang ke Singapura. Masalahnya, aku tuh sebetulnya pemalu banget."

Sifat pemalu itu rupanya masih tersisa sampai saat ini. Ia terkesan rikuh ketika menghadapi kamera. Vinna butuh "pemanasan" sebelum akhirnya ia bisa lebih rileks diberondong jepretan kamera. "Aduh, kan jadi modelnya sudah lama, sudah lupa," ujarnya, sambil tertawa.

Kembali ke masa remaja itu, meski girang dengan pengalaman mencicipi dunia VJ, Vinna memutuskan tak memperpanjang kontrak. Ia memilih kembali ke Australia untuk merampungkan kuliah. Menyelesaikan studi menjadi komitmen yang ia janjikan pada orangtua.

Selain itu, mulai tebersit di benak Vinna, jiwanya bukan "berumah" di dunia hiburan. "Saat ambil kuliah bisnis, aku sudah berpikir, suatu saat aku harus punya bisnis sendiri."

Begitu tamat kuliah dan kembali ke Indonesia, Vinna mendapat posisi sebagai manajer pemasaran di Bira Fund Management. Ia sempat merasa, memang di situlah jalannya membangun masa depan. "Waktu itu terpikir, *this is what I want to be.*"

FOTO-FOTO: KOMPAS/WAWAN H PRABOWO

ANDINA NOVETRI (VINNA)

- **Lahir:** Jakarta, 3 November 1976
- **Anak:** Oliver (8) dan Olstin (3)
- **Pendidikan:** University Technology of Sydney, Bachelor of Business, 1994-1998
- **Pengalaman:**
  - VJ MTV Asia-Most Wanted, 1996
  - VJ MTV Indonesia-100% Indonesia, 1997
  - Model dan penulis mode, 1998-2002
  - Brianstone, Business Development Manager, 2002-2003
  - Club 21 Papillon-Store Manager, 2006-2007
  - Balla Wangi Sulawesi Restaurant-Pemilik, 2008-2010
  - Qyvision PR-Pendiri dan Direktur Pengelola, 2010-sekarang
  - Kanan Fashion Leather-Pemilik, 2011-sekarang

Kerja keras

Sayangnya, karier di sektor keuangan itu hanya berumur beberapa bulan karena Indonesia diguncang krisis moneter. Vinna pun kembali menjadi model, kali ini di negeri sendiri. Tak sekadar berpose di depan kamera, ia juga menulis dan menjadi kontributor untuk majalah mode. Pengalaman itu yang membuatnya terbang ke Paris dan New York untuk meliput pekan-pekan peragaan busana.

Desainer kondang Diane von Furstenberg adalah salah satu narasumber yang pernah memberinya kesan mendalam. "Ia menunjukkan pada saya, *fashion* dan *modelling* memang dunia glamor, tetapi di balik itu ada kerja keras yang mesti dilakukan dengan hati."

Masih dengan benang merah kecintaan pada dunia mode, Vinna kemudian berkarier di Brianstone Jewelry dan Club 21 Papillon. Selain berkait *fashion*, titian karier ini memperkenalkan tantangan baru pada Vinna, yakni bisnis ritel. Sekali lagi, ia menemukan hatinya bergelora dengan semangat.

Menyiapkan butik baru, perjalanan ke luar negeri untuk bertemu pembeli dan pemegang merek selalu ia nikmati. Hingga kemudian ia menyadari, waktu sehari-hari yang tersisa untuk menjadi ibu bagi putranya amatlah terbatas. "Saya sering pulang malam, kadang bahkan saat akhir pekan. Akhirnya, saya berpikir, sudah waktunya saya harus punya usaha sendiri," kata ibu dua anak ini.

Pada titik itulah Vinna mengerahkan kecintaan dan jaringannya di dunia bisnis dan *fashion* untuk melapangkan jalan membangun Qyvision PR. Berkat jaringan pula, tas kulit ular bermerek Kanan yang ia produksi kini menembus Amerika Serikat sebagai target pasar pertama.

Lewat perjalanan pajang, Vinna terus merajut mimpi-mimpinya.

RAWAT DIRI

Susahnya "Nambah" Berat Badan...

Postur Vinna Novetri yang begitu ramping—kalau tak mau disebut kurus—membuat ia makin terkesan tinggi semampai. Padahal, Vinna menyebut dirinya sebagai penikmat kuliner. Masalahnya, dengan hobi menikmati kuliner pun, ia kesulitan menambah berat badan.

"Selama bulan puasa ini, kebanyakan orang makan dua kali berbuka dan sahur. Saya makan tiga kali *lho* supaya *nambah* berat badan maksudnya, tetapi susah!" kata Vinna.

Ibu tunggal dengan dua anak ini bukan hanya rajin menikmati aneka makanan. Ia juga tekun mempelajari bahan-bahan makanan yang sehat untuk diolah dan memuaskan keasyikannya memasak. Penggemar tempe—tetapi tidak suka makan tahu—ini memilih bahan makanan organik untuk ia olah di rumah.

"Saya juga sudah enggak makan daging merah dan ayam, tetapi masih makan ikan," ujar perempuan yang sedang gemar olahraga berkuda ini.

Di rumah, Vinna paling sering menyantap lalapan sayur, sambal, dan olahan ikan air tawar. Kebiasaan makan sayur sudah ia ditularkan pada kedua buah hatinya, Oliver (8) dan Olstin (3), sejak mereka masih bayi. "Waktu anak-anak masih kecil, makanan yang saya haluskan terutama sayuran, bukan buah-buahan. Buah kan manis, lebih gampang dikenalkan belakangan ke anak-anak."

Meski demikian, ia juga memasakkan *steak* dan *burger* untuk anak-anaknya. "Lebih baik makan masakan sendiri di rumah daripada mereka minta dibelikan di luar," kata Vinna, yang sempat memilih berhenti kerja demi konsentrasi mengasuh bayinya seusai melahirkan ini. (DAY)

Seperangkat alat makan motif Lotus koleksi Jenggala.

Tempat tisu dan mangkuk motif Dewi Sri koleksi Jenggala.

PECAH BELAH YANG INDAH

Piring dan gelas itu tampak menawan dalam sentuhan tangan para perancang. Barang pecah belah itu pun diburu, dikoleksi orang, dan laris dipasarkan hingga mancanegara.

Bali Permata

OLEH MAWAR KUSUMA & SARIE FEBRIANE

Keramik Jenggala asal Sanur, Bali, yang didirikan sejak tahun 1976, laris manis di pasaran. Satu set peralatan makan yang antara lain terdiri dari piring, mangkuk, dan teko dengan motif bunga kamboja menjadi koleksi terlaris. Konsumen harus memesan jauh hari karena stok koleksi ini sering kali tidak tersedia.

Jenggala, yang didirikan seniman Selandia Baru, Brent Hesselyn, dan Wija Waworuntu, memiliki ribuan model koleksi keramik lukis. Desain keramik terinspirasi keunikan budaya Indonesia, seperti siluet gerabah tradisional, cerita lokal seperti Dewi Sri, dan keindahan alam.

Koleksi lain yang laku keras adalah koleksi yang masih memiliki sentuhan elegan dan relevansi budaya, seperti kendi dan rantang. Jesica Tirtanirmala dari Bandung mendesain produk kendi menjadi lebih modern dengan sentuhan keramik berwarna putih dan hijau dengan tutup kayu jati.

Penerus usaha Keramik Jenggala, Samara Naomi (21), mengatakan, desain klasik yang diwariskan pendahulu mereka tetap dipertahankan. "Ini menjadi acuan kami dalam menjaga estetika desain baru," kata Naomi, yang juga berperan penting dalam pengembangan desain kreatif.

Selain desainer lokal, mereka juga melibatkan desainer dari beragam negara. Sebagian bekerja berdasarkan permintaan khusus, tetapi ada pula yang bekerja sebagai desainer tetap. Desainer asing yang terlibat dalam produksi, antara lain, Mabo Masayo Tokumaru dari Jepang dan Also Anne Van Borselen dari Belanda. Selain gerai di Bali dan Jakarta, Keramik Jenggala juga memiliki gerai di Singapura, Amerika Serikat, dan Jepang.

"Kami menarget pasar yang mampu menghargai dan memahami pentingnya kualitas visual serta fungsi produk," tutur Naomi.

Porselen lukis

Bali Permata juga dikenal dengan kekhususan pada lukisan keramik dan porselen sejak tahun 1980-an. I Putu Yuliartha, pemilik Bali Permata, bercerita awal mula keluarganya menggeluti seni lukis porselen dan keramik. Menurut Putu, gagasan melukis di media porselen dan keramik ditularkan turis asing di Bali yang kemudian berteman baik dengan kedua orangtuanya.

Mereka merupakan turis asal Australia, Jerman, dan Belanda yang paham teknik melukis di media porselen. Dalam perjalanannya, keluarga Putu mengaplikasikan gaya lukisan khas Bali dengan teknik lukis di porselen. Kombinasi gaya dan teknik tersebut menjadikan karya dari Bali Permata unik.

"Mereka mengajari kami teknik dasar memadukan warna dan teknik pembakaran sehingga intensitas warna yang diinginkan bisa dicapai di atas porselen. Kami keluarga pelukis yang sebelumnya hanya melukis di media kanvas," cerita Putu.

Kini, pemesanan datang dari beberapa negara di Eropa, Inggris, Jepang, dan Australia. Dengan jumlah pelukis yang masih terbatas, Bali Permata secara reguler mampu memproduksi sekitar 700 buah perabot rumah tangga porselen dan keramik lukis dalam berbagai bentuk.

Porselen lukis dari Bali Permata ini antara lain mengisi Museum Purna Bhakti Pertiwi yang didirikan (alm) Tien Soeharto di Taman Mini Indonesia Indah. "Kami tidak memproduksi keramik dan porselen sendiri, tetapi bekerja sama dengan penyalur. Desain porselennya juga tidak kami pesan khusus, yang penting polos sehingga bisa kami lukis," kata Putu.

Setelah tahap pelukisan, bagian yang krusial, menurut Putu, adalah pembakaran. Setelah dilukis, porselen dan keramik dibakar di dalam tungku listrik. Pembakaran bisa berlangsung beberapa kali, tergantung pada intensitas warna yang ingin didapat. Sejauh ini, tahapan pembakaran tersebut masih dikendalikan oleh Putu sendiri.

Putu dibantu 18 pelukis yang masing-masing memiliki gaya dan karakter tersendiri dalam mendesain keramik serta porselen Bali Permata. Kesulitan seni lukis di atas porselen dan keramik ini adalah obyek yang dilukis memiliki dimensi berbeda-beda.

Pelukis yang berperan sebagai desainer produk harus cepat beradaptasi, berganti-ganti melukis di media datar dan melengkung. Selain itu, media porselen yang licin juga membutuhkan kehati-hatian saat mengoleskan kuas. Di atas permukaan porselen dan keramik itu, antara lain, tergambar suasana upacara adat, keriuhan pasar tradisional, dan perempuan Bali berpakaian tradisional.

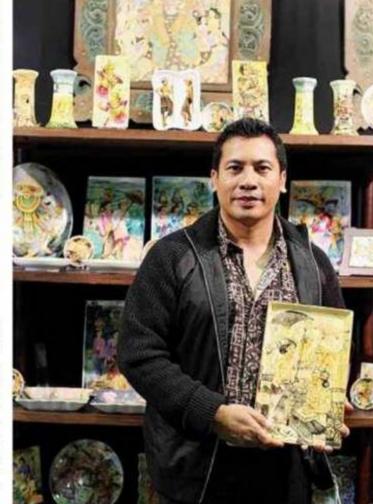



FOTO-FOTO: KOMPAS/TOTOK WIJAYANTO

Putu Yuliartha, pemilik Bali Permata.

Kompetisi desain

Pasar pecah belah masih ramai di tingkat regional dan dunia. Untuk menemukan desain baru piring yang sesuai dengan selera pasar Asia Tenggara, produsen peralatan dapur dari Amerika Serikat bermerek Corell sampai harus menggelar kompetisi desain piring. Kompetisi ini menjaring lebih dari 2.800 desain dari Singapura, Malaysia, Indonesia, Filipina, dan Vietnam.

Desainer dari Indonesia, Erica Tricia Jie, menjadi juara pertama dalam kategori tema nuansa alam. Ia menciptakan desain lukisan abstrak sebuah sawah pada piring Corelle. Pemenang ketiga untuk kategori sama, Hanugrah Adhi Buwono, membuat desain dengan mengikuti kedinamisan bentuk alam berwujud pola lingkaran tahun pohon.

Desainer produk dan interior Leonard Theosabrata, yang juga menjadi juri dalam kompetisi Corelle Plate Your Design tersebut, mengatakan bahwa kemampuan desainer perangkat makan di Indonesia bisa berkembang jika industrinya telah berkembang.

"Industri pecah belah ini telah cukup berkembang di Indonesia dan pasar kita besar. Banyak desainer masih mengerjakan desain berdasarkan pesanan, bukan berkreasi sendiri mengembangkan *brand*-nya sehingga namanya kurang dikenal," kata Leonard.

KOMPAS/SUSI IVVATY

Rancangan Yohji Yamamoto

KOMPAS/SUSI IVVATY

Rancangan Hussein Chalayan

GETTY IMAGES/ALEX LIVESEY

Rancangan Stella McCartney

AP PHOTO/DAVID GOLDMAN

Kobe Bryant memakai rancangan Ralph Lauren.

TERCEPAT, TERTINGGI, TERKUAT, TERINDAH

London adalah salah satu kota mode dunia. Status ini terlihat pada perhelatan olahraga olimpiade.

"*Menyusuri jejak sejarah olahraga sama dengan mengikuti jejak inovasinya. Desainer membantu meningkatkan penampilan atlet, membantu mengubah cara kompetisi dimainkan, ditonton, dan dikendalikan.*"

Catatan itu tertulis di dinding ruang pamer di Museum Desain London, yang menggelar pameran mode dalam olahraga bertema "Designed to Win". Pameran ini jadi bagian dari Olimpiade London 2012, 27 Juli-12 Agustus, seperti dilaporkan wartawan *Kompas* **Susi Ivvaty** dari London.

Dari pameran ini tergambar bahwa mode tak sekadar untuk *gaya-gayaan* atau penanda tren. Khusus di dunia olahraga, inovasi desainer dan teknologi menjadi paduan yang tak terpisahkan.

Sejumlah *item* yang merupakan perpaduan mode dan olahraga inilah yang ditampilkan dalam pameran, mulai baju, sepatu, kaus tangan, kaus kaki, penutup kepala, hingga perlengkapan bertanding, misalnya sepeda, bola, dan kano.

AP PHOTO/DAVID GOLDMAN

Rancangan Hermes

Pengunjung bisa menyaksikan baju rancangan desainer Stella McCartney, putri tokoh Beatles, Paul McCartney, yang dikenakan kontingen Inggris Raya atau sepatu Adidas yang digunakan untuk atlet-atlet olimpiade dan paralimpiade. Selain itu, bisa dilihat juga karya Yohji Yamamoto dan Hussein Chalayan.

Menilik fenomena di lapangan, London 2012 bisa dibilang sebagai olimpiade termodis. Bayangkan saja, perancang busana dan rumah mode sekelas Giorgio Armani, Ralph Lauren, Stella McCartney, dan Hermes, yang biasanya tampil dalam pekan mode, kini memperlihatkan karya mereka di arena olahraga.

Defile dalam upacara pembukaan menjadi panggung tampilnya para atlet dalam kostum yang terancang indah. Tim Amerika Serikat dengan bintang-bintang seperti Kobe Bryant, Michael Phelps, dan Lebron James, misalnya, tampil formal dalam rancangan Ralph Lauren.

Tim tuan rumah, Inggris Raya, tak kalah modis melalui karya McCartney pada produk Adidas. Tampilan kostum rancangan McCartney merupakan modernisasi dari bendera Inggris Raya yang terdiri dari warna biru, putih, dan merah. Namun, hanya dua warna, biru dan putih, yang dipilih sebagai sebagai warna utama. Warna merah hanya dijadikan aksen, seperti pada garis leher dan garis lengan.

KOMPAS/SUSI IVVATY

Rancangan Stella McCartney

AFP/LUIS ACOSTA

Venus Williams

"Ada atlet yang mengatakan kepada saya, kalau mereka berpenampilan bagus, itu akan turut meningkatkan performa mereka," kata McCartney, seperti dikutip www.telegraph.co.uk.

Tim lain, Italia, mendaulat perancang senior Giorgio Armani untuk mendesain seragam mereka. Wajah-wajah atlet Italia yang bak model tampil dalam gaya klasik, berupa jas biru tua, dipadukan dengan kemeja putih, celana panjang biru, dan syal atau dasi biru bergaris putih. Seolah ingin memperlihatkan status sebagai kota mode dunia, rumah mode lain turut mendandani atlet Italia, yaitu Prada untuk atlet layar.

Tim berkuda Perancis juga tak ketinggalan. Tak tanggung-tanggung, mereka memilih rumah mode mewah, Hermes, untuk mendesain jaket atlet berkuda.

Modis saat bertanding

Sentuhan desainer tak hanya membuat bintang lapangan tampil bergaya saat berarak-arakan. Kantor berita AP menyebutkan, desainer Cedella Marley—yang merupakan putri Bob Marley—mendesain khusus kostum dari Puma yang akan dikenakan tim atletik Jamaika, termasuk sprinter Usain Bolt.

Cedella berkreasi dari warna hijau dan kuning, warna bendera Jamaika, yang digradasikan untuk kaus dipadukan dengan celana lari warna hitam. Perpaduan desain dan teknologi diharapkan tidak hanya bisa mempercepat lari Bolt, si peraih tiga medali emas dan tiga rekor dunia di Beijing 2008, tetapi juga membuat Bolt tampil bergaya.

Olimpiade rupanya menjadi kesempatan bagi perancang busana dan rumah mode untuk berpromosi secara global. "Membuat perlengkapan olahraga adalah kesempatan bagi desainer untuk meraih konsumen baru," kata Neringa Stoskute, asisten kurator untuk pameran "Designed to Win".

Sementara itu, kurator Alex Newson menulis, hal esensial yang harus dicermati bukanlah persoalan apakah desain berteknologi ini bisa meningkatkan performa atlet, melainkan lebih pada regulasi tentang sejauh mana inovasi teknologi bisa disertakan.

Bagaimanapun, performa atlet sewajarnya ditentukan oleh kemampuannya, bukan oleh kostum semata.

(IYA)

TELEGRAPH.CO.UK

Rancangan Stella McCartney

GUARDIAN.CO.UK

Rancangan Cedela Marley

PARODI

Fokus

OLEH SAMUEL MULIA

Dua hari sebelum tenggat menyetor tulisan ini, saya menulis tentang isi kepala saya di sebuah *social media*. Cara menulis pendapat itu dengan penuh sindiran yang membuat orang lain berkomentar atas apa yang saya tulis.

Memilih dan memilah

Di pagi itu, saya mengomentari soal manusia yang tidak peka bahwa keterkenalannya sudah surut seperti air laut, soal seseorang yang sok berpengetahuan luas seolah-olah hanya dia yang bisa membeli buku dan mem-*browsing* internet, soal seorang manusia yang kerjanya hanya menggunting pita di mana-mana, sampai tidak tahu lagi kapan harus berhenti dari tampil di mana-mana.

Soal manusia yang *show off*. Membeberkan foto barang-barang mewahnya, memberi tahu kalau ia bangun pagi di belahan bumi utara, dan tertidur di bumi selatan, tanpa lupa memberi tahu jagat raya kalau sedang ada di lapangan terbang, tepatnya di *lounge* kelas bisnis sebuah maskapai penerbangan bergengsi.

Social media telah memberi peluang baru sehingga saya dapat membaca dan melihat aktivitas orang lain. Itulah yang menyebabkan saya dengan mudah merepotkan diri dengan urusan orang lain. Salah satu teman saya yang senangnya menyindir telah merasa tersinggung karena salah satu teman yang dianggapnya dekat belakangan sudah jarang mengajaknya pergi. Saya mirip seperti teman saya itu. Salah fokus.

Salah fokus adalah memusatkan pada yang negatif. Dengan demikian, saya langsung tersinggung dengan bertanya mengapa ia tidak mengajak saya lagi? Seharusnya, fokus itu pada yang positif, yaitu mengajukan pertanyaan kepada diri sendiri, mengapa teman saya tidak mau lagi mengajak saya pergi.

Jadi sama halnya ketika saya naik pitam karena memusatkan perhatian kepada pesaing yang merekrut anak buah saya sehingga ia hijrah ke tempat baru itu. Saya tidak memilih untuk berkonsentrasi kepada pertanyaan seperti: "Mengapa anak buah saya memilih untuk pindah ke lain hati?" Nah, karena salah fokus, saya marah dan ingin membalas dendam terhadap pesaing itu dari pada mengevaluasi diri sendiri. Fokus di arah yang tepat memberi kemampuan memilih dan memilah dengan benar.

Perbedaan itu penghormatan

Kalau saja saya bisa fokus di arah yang tepat, saya bisa melihat fakta kalau manusia itu berhak melakukan apa pun yang dianggapnya baik untuk dirinya tanpa harus meminta persetujuan kepada seluruh umat. Bahwa saya setuju atau tidak, itu urusan saya. Dan, kalau tidak setuju, saya tidak perlu naik pitam dan memaksa orang harus seperti saya.

Kemudian saya berpikir sejenak, dan akhirnya saya menemukan fakta kalau ternyata saya ini manusia yang kontradiktif. Saya mengerti kalau manusia itu berbeda, kalau hidup makin berwarna makin seru. Saya tahu bahwa pemaksaan untuk menjadi sama itu seperti neraka rasanya. Tetapi acap kali, saya senang untuk membuat sama, senang menciptakan neraka buat diri sendiri dan orang lain. Nerakanya dalam bentuk sebuah perasaan bahwa pendapat saya lebih bijak.

Tidak mau sama telah membuat saya terancam. Padahal, yang berbeda dengan saya tak merasa melakukan ancaman, hanya mengekspresikan pemikiran mereka saja. Terancam itu sebuah bentuk salah fokus. Karena salah fokus, saya melakukan rekayasa untuk menjatuhkan. Salah fokus itu mampu mengubah manusia menjadi begitu picik dan kerdilnya. Merepotkan diri dengan urusan orang lain itu adalah satu bentuk salah fokus.

Soal asmara sama saja. Kutub negatif mengatakan saya tidak pantas dicintai. Saya tak memiliki nilai untuk dicintai. Kutub positif berdendang saya memiliki nilai yang pantas untuk dicintai. Karena salah fokus, yang pertama memberi respons adalah yang negatif. Responsnya begini, "Punya hubungan itu ribet, enakan hidup sendiri."

Kalau saja yang pertama melintas di benak itu yang positif, saya akan berkata begini, "Ribet *uda* pasti, tetapi senangnya ditanggung berdua." Jadi, kalau sampai sekarang saya tak punya pacar, itu bukan karena saya tidak memiliki nilai yang pantas untuk dicintai, bukan karena saya kurang bergaul, tetapi bertahun lamanya saya memberi prioritas kepada kenegatifan di atas segala-segalanya. Terlalu negatif itu membuat keder sebelum perang. Negatif itu tidak memiliki kemampuan menyaring. Kalaupun ada, yang disaring sampah.

Nah, kalau yang saya undang negatif, *yaaaa*... yang datang negatif. Tentu mustahil kalau saya menabur bibit jagung mengharap tuaiannya dalam bentuk buah pisang, bukan? Maka, kalau saya melihat perbedaan itu sebagai sebuah ancaman, yang harus membenahi diri itu saya. Lensa yang positif memampukan melihat sebuah perbedaan sebagai penghormatan kepada sesama manusia.

Penghormatan bahwa setiap orang boleh *show off*, boleh menggunting pita sampai akhir hayatnya, boleh merasa kalau pamornya tak pernah surut, boleh berhak berhenti berteman dengan saya tanpa saya terpancing untuk mengomentarinya dengan cara menyindir. Penghormatan itu hanya bisa dilakukan kalau tidak salah fokus.

info

Gaya Hidup

Belanja Cerdas untuk Lebaran Berkesan

Sukacita merupakan luapan kegembiraan yang identik dengan Hari Raya Lebaran. Menjalin kekerabatan amat terasa pada hari tersebut bila Anda dan keluarga menyempatkan bersilaturahim dengan kerabat, keluarga besar, dan handai tolan.

Tidak dimungkiri bila merayakan hari kemenangan atas keberhasilan menahan godaan hawa nafsu selama Ramadhan akan amat bermakna dilakukan bersama keluarga. Itulah potret suasana ideal tradisi budaya Indonesia yang menjunjung tinggi nilai keluarga.

Ajang silaturahim

Ajang silaturahim pun erat dikaitkan dengan tradisi mudik, yang merupakan ciri sosial budaya khas Indonesia. Perasaan rindu kampung halaman dan segala pernak-pernik nostalgia berhasil mengundang banyak perantau untuk pulang bertemu keluarga tercinta.

Mudik pun sekaligus menjelma sebagai aktivitas liburan bersama keluarga. Beratus-ratus kilometer perjalanan yang harus ditempuh dan rasa capek yang harus diterima tak menghalangi hasrat menggebu untuk melepas kangen dengan sanak saudara di daerah asal.

Aktivitas yang satu ini dinilai juga menjadi sesuatu yang menyehatkan bagi anggota keluarga Anda. Selain bisa bersenang-senang dan membuat kenangan indah, mudik sembari liburan bisa memberi kesempatan untuk menghabiskan waktu bersama dalam sebuah suasana rileks dan santai.

Bagi umat Muslim yang tidak melakukan perjalanan mudik, libur Lebaran dapat dimanfaatkan sebagai momen berharga untuk menghabiskan waktu dengan orang-orang terdekat. Ada banyak cara untuk membangun suasana akrab dan mengisi liburan panjang dengan aktivitas berkualitas yang cukup dilakukan di dalam kota ataupun di rumah. Memasak, melakoni hobi berkebun, merapikan interior rumah, ataupun menonton film keluarga hanyalah sebagian contoh kegiatan kreatif yang bisa dilakukan bersama buah hati tercinta.

Terencana

Menyambut Lebaran pun identik dengan ritual berbelanja, baik untuk membeli kebutuhan sandang, pangan, maupun memenuhi kebutuhan yang berkaitan dengan aktivitas mengisi liburan dan menunjang perjalanan mudik. Untuk itu, siasat jitu diperlukan agar kocek Anda tidak kebobolan karena belanja terlampau boros.

Langkah pengelolaan keuangan yang terencana plus berbelanja cerdas perlu diupayakan. Maklum, jelang Hari Raya ini Anda akan mudah mendapatkan informasi seputar promosi, diskon, harga hemat, dan sejumlah iming-iming menggiurkan.

Beberapa tips praktis yang dapat Anda coba adalah senantiasa membawa catatan daftar belanja dan disiplin tidak membeli barang di luar *list* catatan tersebut. Kemudian ajaklah teman, kerabat, atau anggota keluarga untuk menemani dan memberikan pendapat saat Anda berbelanja. Cermati pula promosi diskon yang ditawarkan berikut dengan syarat ketentuan berlaku plus kondisi barang yang akan Anda beli.

DOK. TUPPERWARE

Tanpa rasa khawatir

Memiliki dana lebih adalah modal utama untuk dapat berbelanja Lebaran dengan cermat dan tidak berlebihan. Cara ini tentu bermanfaat supaya tidak mengganggu keuangan keluarga. Hal itulah yang turut dirasakan Retha (bukan nama sebenarnya), ibu rumah tangga berusia 35 tahun yang memiliki satu orang putri.

Dulu Retha kerap khawatir bila Lebaran akan tiba. Dia cemas bila penghasilan sang suami tidak mencukupi kebutuhan belanja karena biasanya harga bahan makanan pokok cenderung melonjak. Tak pernah terpikirkan sebelumnya di benak Retha untuk dapat berbelanja baju baru karena yang utama baginya ialah dapat mencukupi kebutuhan sehari-hari.

Namun, sejak berkarier di Tupperware, kekhawatiran Retha perlahan hilang. Acara belanja pada bulan penuh berkah ini dapat dilakukannya lebih leluasa.

Sambil menunggu waktu buka puasa atau *ngabuburit*, dan biasanya menyambut lebaran seperti ini, Retha mengajak anak semata wayangnya melakukan aktivitas bersama. Salah satunya, pergi berbelanja bahan makanan untuk sahur dan buka puasa. Menjelang Lebaran, dia berbelanja untuk dibagi-bagikan kepada keluarganya seperti baju baru, perlengkapan shalat, dan sepatu untuk keperluan keluarganya.

Setelah bergabung dengan Tupperware, Retha lebih leluasa menentukan hari dan jam bekerjanya sehingga masih dapat memperoleh kebebasan waktu untuk mengurus keluarga. Retha pun sekarang menjadi seorang perempuan produktif, mandiri, dan berpenghasilan. [AJG]

info

Paduan Bermacam Hiburan di Singapura

Singapura seolah tidak pernah kehilangan daya tarik. Meski mungil dan dapat dicapai sekitar satu jam penerbangan dari Jakarta, banyak orang dari Tanah Air yang mau berkunjung lagi, baik untuk urusan bisnis, belanja, maupun berwisata.

FOTO-FOTO: DOK MARINA BAY SANDS

Di kawasan Asia Tenggara, harus diakui Negeri Singa memiliki keunikan dan kelebihan yang tidak dimiliki negara lain. Ditambah dengan visi dan kreativitas dalam mengembangkan kawasannya yang hanya sekitar 710 kilometer persegi, Singapura memiliki keunggulan di beberapa bidang.

Misalnya di bidang bisnis. Posisinya yang strategis dan dukungan infrastruktur yang mapan menjadikan Singapura dilirik banyak perusahaan dunia untuk menempatkan kantor perwakilannya. Otomatis hal ini menjadikan Singapura menjadi salah satu simpul penting di Asia.

Demikian pula di bidang pendidikan. Sistem pendidikan dan sekolah-sekolah Singapura berhasil memosisikan negara ini sebagai salah satu tujuan untuk melanjutkan pendidikan, khususnya bagi pelajar Indonesia.

Hiburan dan wisata

Selain bisnis dan pendidikan, kepopuleran Singapura juga bertumpu pada dunia hiburan dan wisata, termasuk di dalamnya belanja dan kuliner. Di bidang ini pula keunikan Singapura terlihat.

Betapa tidak jika budaya China, Arab, India, dan Melayu bisa saling berdampingan dengan apik. Tengok saja tempat-tempat seperti Chinatown, Little India, Arab Street, dan Bugis Street. Masing-masing menyimpan pesona dan kesenangan bagi setiap pelancong.

Di sisi lain, kemampuan Singapura mengembangkan potensi sehingga mampu memberi nilai yang berlipat menjadi hal lain yang membuat negara ini semakin menarik. Kemampuan ini bisa dilihat dari salah satu tempat unggulan terbaru, Gardens by the Bay (GB).GB adalah proyek dari National Parks Board (NParks) yang menggunakan lahan seluas 101 hektar.

GB yang menjadi bagian dari Marina Bay dibagi menjadi beberapa bagian. Ada Bay South, kebun seluas 54 hektar atau sama dengan 90 kali lapangan sepak bola, yang merupakan tempat tumbuhnya berbagai macam tanaman yang ditampilkan sedemikian rupa sehingga menarik untuk dilihat.

Ada pula taman dengan pohon-pohon artifisial raksasa, konservatorium bagi tanaman-tanaman langka, Flower Dome yang menjadi tempat tumbuhnya tanaman mediterania, serta Cloud Forest yang unik karena menampilkan tanaman dari dataran tinggi tropis yang di sini dilengkapi pula dengan air terjun setinggi 35 meter.

Dengan pengembangan tersebut, kawasan Marina Bay kini populer bukan semata sebagai tempat digelarnya Grand Prix Formula1, tetapi juga menjadi distrik bisnis, ruang atraksi, dan obyek wisata modern.

Di bekas pantai kawasan yang dulunya adalah kampung nelayan ini, kini telah berdiri gedung-gedung pencakar langit. Salah satu yang unik adalah tiga gedung menjulang yang ketiga atapnya di langit terdapat bangunan berbentuk kapal raksasa.

Itulah resor terintegrasi, Marina Bay Sands (MBS), kompleks bangunan yang kini menjadi ikon baru Singapura. Terdiri dari hotel, tempat konferensi, gedung teater, museum, kasino, dan mal, tempat yang dibuka secara bertahap sejak tahun 2010 ini terus menjadikan dirinya daya tarik utama yang bisa memanjakan wisatawan.

Menyambut musim liburan kali ini, Singapura juga memiliki beberapa hiburan kelas dunia yang bisa dinikmati seluruh anggota keluarga. Salah satunya adalah **"Experience the Magic of Harry Potter™ :"The Exhibition" di ArtScience Museum.** Diadakan dari tanggal 2 Juni hingga 30 September 2012, pameran ini adalah yang pertama kali diadakan di Singapura, bahkan di Asia.

Di sini, fantasi para penggila cerita fiksi karangan JK Rowling tersebut bisa terwujud dengan melihat lebih dekat bermacam hal yang ditampilkan dalam film *Harry Potter*, mulai dari kostum hingga pernak-pernik pendukung yang tentu tak asing lagi. Sepanjang pameran, pengunjung misalnya bisa melihat kostum asli Professor Snape™, bola kristal Sybill Trelawney, hingga makhluk-makhluk seperti Centaurs, Hungarian Horntailed Dragon, dan laba-laba Acromantula raksasa.

Selain "Experience the Magic of Harry Potter™ :"The Exhibition", ArtScience Museum juga menampilkan "Andy Warhol: 15 Minutes Eternal" hingga 12 Agustus 2012. Pameran ini menjadi sebuah kesempatan untuk melihat langsung karya dari Andy Warhol, lantaran pameran ini disebut menjadi yang terbesar yang pernah digelar di Singapura. Lebih dari 260 karya seni dari Warhol ditampilkan, termasuk *Marilyn Monroe* (1967) dan *Campbell's Soup Can* (1961).

Sementara untuk melihat pengaruh salah satu seniman *pop art* tersebut, dipamerkan pula karya tiga seniman dari kawasan regional Asia Tenggara. Mereka adalah Jahan Loh dari Singapura, Ibrahim Hussein dri Malaysia, dan Jirapat Tatsanasomboon dari Thailand yang semua tentu akan menambah kesan selama Anda berlibur.

Hal yang tak kalah seru adalah Slava's Snowshow. Pertunjukan dari Cirque du Soleil's Alegria ini merupakan perpaduan aksi teatrikal tradisional dan kontemporer. Di sini penonton diajak memasuki alam fantasi yang menakjubkan, menyenangkan, sekaligus memberi kesan yang amat dalam. Tidak percaya, coba tengok potongan acaranya di beberapa situs *video sharing*, yang barangkali bisa sedikit mengobati rasa penasaran Anda. [IKLAN/*/ASP]

TTS & KARTUN

TIMUN

INI URUSAN K.P.K.!!!

INI URUSAN POLISI!!!

INI PASTI URUSAN TERSANGKA JENDERAL POLISI...

POLRI, PELINDUNG, PENGAYOM DAN PELAYANAN KEPADA...

SIAPA???

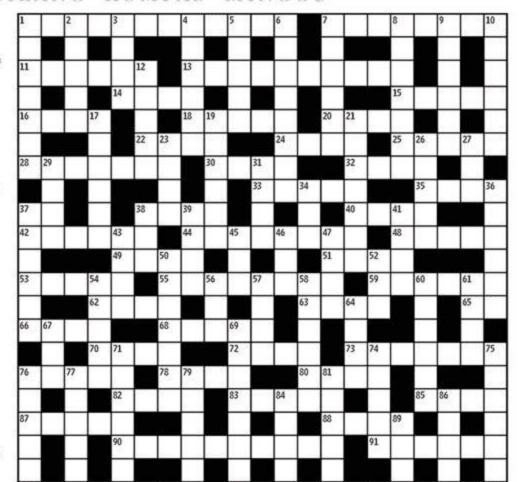
TEKA-TEKI SILANG "KOMPAS" MINGGU

Mendatar:
1. Antar pulau
7. Pemakai, pembeli
11. Perpecahan akibat perbedaan pendapat
13. Sering dinyatakan sebagai Guru yang Terbaik
14. Perbuatan baik dan buruk
15. Baginda, paduka
16. Gerai, toko
18. Sikap masa bodoh
20. Serbuk
22. Nyanyian tunggal diiringi alat musik seperti opera dan oratoria
24. Bentuk terikat jauh
25. Gugusan bintang yang bercahaya terang
28. Pengasingan
30. Bunga (Jepang)
32. Danau (Inggris)
33. Ilmu pengobatan
35. Dermaga
37. Lambang unsur kimia tantalum
38. Daya pikir
40. Jaring; pukat
42. Tidak berakhlak
44. Spion, polisi rahasia
48. Renteng
49. Kain tenun dari kapas
51. Getah pohon yang sudah beku
53. Dewan pemerintahan
55. Tempat penimbunan barang yang belum diketahui tujuannya dan diawasi oleh duane
59. Mengerti
62. Hewan air
63. Satuan jumlah = 20 helai
65. Nada ke-6 tangga nada diatonik
66. Agar; supaya
68. Kaca (Inggris)
70. Huru-hara
72. Saluran; got
73. Daftar
76. Beda (Jepang)
78. Tulen, murni
80. ... Fals, penyanyi lagu Umar Bakri
82. Nama burung
83. Sebab yang menimbulkan suatu kejadian
85. Gerakan
87. Rongga
88. Pas, sesuai
90. Jual titip
91. Nama depan Idola Indonesia 2012
92. Sistem ketenagakerjaan di Tanah Air yang dituntut oleh buruh untuk dihapuskan
93. Bukti diri

Menurun:
1. Peradangan
2. Gerak badan pada zaman Jepang
3. Kijang
4. Pasokan, persediaan
5. Kanta
6. Kenyataan
7. Fantasi, angan-angan
8. Kopiah; peci
9. Ahli bahasa
10. Bangsa
12. Akibat
17. Belerang
19. Hasil perbuatan baik
21. Berlatih
23. Ombak kecil
26. Teman sekerja
27. Tua (Inggris)
29. Hangat
31. Pulau
34. Hadir
36. Teka-teki; misterius
37. Kagum, heran
38. Diulang, tali pelontar batu
39. Bebas dari gangguan
41. Hari sesudah esok
43. Tanpa pola
45. Diterima karyawan menghadapi Idul Fitri
46. Tempat surat
47. Lukisan pada tubuh
50. Sanggah, bantah
52. Ikatan Motor Indonesia
54. Oplah
56. Kantor berita Thailand
57. Lain (Inggris)
58. Dokter mata
60. Pakaian tradisional wanita Indonesia
61. Tulang hasta
64. Sepuluh
67. Gagasan
69. Wanita yang gagah berani
71. Kota di Jawa Tengah
74. Tidak kental
75. Tiruan
76. Kabar
77. Tarikan; penarikan
79. Tidak ada gunanya
81. Pesan terakhir yang disampaikan oleh orang yang akan meninggal dunia
84. Pemakaian (Inggris)
86. Kerajinan tangan
89. Hemat; sangat hati-hati (Jawa)

Ketentuan Penebak:

1. Tulis jawaban di kertas, cantumkan nama dan alamat yang jelas, dengan kode pos serta nomor rekening bank jika ada.
2. Masukkan ke dalam amplop, tempel kupon di sampul luar.
3. Surat ditujukan ke pengasuh TTS, PO Box 4612 Jakarta 12046.
4. Jawaban sampai di Redaksi paling lambat tanggal 2 September 2012
5. Nama pemenang akan diumumkan tanggal 9 September 2012
6. Hadiah @ Rp 150.000 bagi 25 pemenang.

eko/H.002

Jawaban TTS Kompas Minggu No 1672

Mendatar:
1. Alias 4. Astrologi 8. Putus 11. Tor 12. Bau 13. Suatu 14. Manik 17. Kurir 18. Pompa 19. Osaka 20. Piama 23. Logam 24. Takik 27. Ainu 28. Epik 30. Pintar 31. Unitas 33. Fumarol 37. Arkade 39. Editor 42. Aib 43. Mr 45. KM 46. EFE 47. Safari 48. Jok 49. Brebes 50. Ide 51. NB 52. KA 53. Eat 54. Nurani 59. Gratis 62. Niskala 66. Nabati 68. Arwana 70. Kait 72. Sudi 74. Umpat 77. Idola 78. Ulung 81. Idiom 82. Keren 83. Belia 84. Aroma 87. Datar 88. Nyi 89. Sri 90. Liang 91. Sanggurdi 92. Pulsa

Menurun:
1. Aksep 2. Irama 3. Stupa 4. Arimbi 5. RUA 6. Lei 7. Ibrani 8. Pukat 9. Terik 10. Serak 14. Maluku 15. Negara 16. Komedo 21. Isi 22. Meter 25. Animo 26. Ira 27. Area 29. Kuli 30. Pelaminan 32. Sementara 33. Feminin 34. MK 35. Ra 36. Lembaga 37. Absen 38. Kefir 40. Tebat 41. Reses 44. SOB 55. Usaha 56. Akik 57. SS 58. BA 0. Abai 61. Ihwal 63. Istima 64. Kimono 65. Lusaka 67. Aum 69. Non 71. Animis 73. Durasi 74. Umbul 75. Palka 76. Tiang 78. UNDIP 79. Until 80. Garda 85. Rug 86. Mau

Pemenang TTS No 1672:

1. HELMI PUAD
Panglima Nyak Makam
Banda Aceh 23125
2. NYIMAS SULHA
Perumnas Sako
Palembang 30163
3. TRI BAKTI BAWONO
Diponegoro
Bangka 33215
4. TIFFANY MARCELLA
Duri
Jakarta 10140
5. RADIUS SURYADI
Kenanga-Jati Pulo
Jakarta 11430
6. DWI BENAWATI
Pusdiklat Depnaker Gg Baru
Jakarta 13570
7. TAN HOK TJAN
Mahoni-Lagoa Koja
Jakarta 14270
8. WISNU ARIE NUGROHO
Perum Kavling Tegal Perintis
Bekasi Utara 17412
9. HELIWATI WAHJUNI
Kopo Permai
Bandung 40227
10. AGUS ERNING INDRAPRAJA
Dr Cipto Gg Langgar
Cirebon 45134
11. ISYE ROSYIDAH
Kp Pager Ageung Kaler
Tasikmalaya 46158
12. DRH WAHYUNANI TUTI RAHAYU
Puskeswan Pleret
Bantul 55791
13. MARTON S KOM
Kyai Gilang-Mangkang
Semarang 50155
14. FITHRIA SAHARANI
R Narawisan
Tegal 52193
15. AZIZ PURNOMO
Perum Damri
Purwokerto 54224
16. EDDY PURNOMO
Ngetos-Sriwedari
Magelang 56451
17. ROSNANI DYAH PUSPITA R
Gubeng-Kertajaya
Surabaya 60282
18. ANDREAS SUYITNO
Wilis Kotak Pos
Nganjuk 64419
19. INDAH JAYANTI WULANDARI
Perumahan Kelutan
Trenggalek 66313
20. FENI ABDUL GAFFUR
Manggis Gg Apel
Banjarmasin 70235
21. ARIE ERMANDA
Aneka
Mempawah 78911
22. GUSTI AYU PUTU RAKA SUARTINI
Gg Windu Sagara
Denpasar 80239
23. HENRY ISMAWANTA
KH Ahmad Dahlan
Lombok 83361
24. SAMSUL MASSA
Komp BTN Pepabri
Makassar 90242
25. M ARFAH T SPD
BTN Permata Biru
Watampone 92714

Pengasuh: **Retnowati** (koodinator), **Kussusani** (Bobo), **Lucia Triundari** (Disney, Mombi), **Sigit Triwahyu** (XY-Kids!) **D Sunu Wibowo** (Desain Grafis)

Menjelajah Dunia Maya

Oleh: **Lita, Sigit Wahyu, Joko**/Majalah Bobo Foto: **Ricky Martin, Pradikha Bestari**/Majalah Bobo

Cukup berdiri di depan layar lebar, maka di layar tampak kita berdiri di sebelah Bobo.

Iiih, lucu ya... Ada Bobo dan keluarganya di layar!

Klik-klik, yuk, di bobo.kidnesia.com!

Saat bermain di Bobo Fair yang diselenggarakan pada 4-8 Juli di Jakarta dan 11-15 Juli di Surabaya, kita serasa menjadi penjelajah dunia maya. Di sana kita bisa menggabungkan dunia nyata dengan dunia maya. Seperti apa, ya?

"Augmented Reality"

Di Bobo Fair 2012 seakan kita dapat menyatukan dunia nyata dengan dunia maya. Itulah kehebatan teknologi AR.

Apa itu AR ? AR atau *augmented reality* (baca: aukmèntéd riëliti) berarti kenyataan tertambah. Maksudnya kenyataan yang kita lihat dengan mata ditambah atau digabung dengan kenyataan dunia maya.

Di stand Bobo, ada sebuah layar besar yang dilengkapi dengan kamera tersembunyi. Jika kita berdiri di depan layar itu, otomatis kamu akan tampak di layar besar tersebut.

Ditambah dengan teknologi AR, kita juga akan melihat Bobo, Coreng, Upik, dan Paman Gembul berdiri di sampingmu di layar itu. Wooow, keajaiban teknologi!

Dunia "Bobo Online"

Di Bobo Fair 2012 kita juga diajak menjelajahi dunia *online*. *Bobo Online* adalah tempat kita berbagi cerita tentang sekolah dan cerita pendek karya kita sendiri.

Banyak, *lho*, teman yang bermain-main dan mengeklik *Bobo Online* di beberapa komputer yang tersedia.

Bobo Online adalah majalah Bobo versi *online* yang bisa diakses melalui internet. Kita bisa menggunakan komputer pribadi, telepon genggam, juga melalui komputer tablet.

Tentu saja isi *Bobo Online* berbeda dengan majalah *Bobo* bentuk cetak.

Dengan *Bobo Online*, teman-teman bebas berinternet dengan aman dan menyenangkan. Kita juga bisa memanfaatkan rubrik-rubrik di *Bobo Online* seperti, School Buzz, Young Journalist, Klinik Cerita, Nostalgia, Answer, Games, dan Store.

Bobo Online dapat kita buka di internet melalui portal informasi anak *www.kidnesia.com*. Di sana kita tinggal klik fitur *Bobo Online*.

Cara "login"

Semua rubrik di *Bobo Online* mengasyikkan dan dibuat supaya kita menjadi anak yang aktif dan kreatif. Yuk, kita cermati rubrik School Buzz, Young Journalist, dan Klinik Cerita.

Di sana, kita bisa berpartisipasi mengisi rubrik tersebut. Dengan mengisi rubrik-rubrik di *Bobo Online*, teman-teman bisa belajar berkarya, mengungkapkan ide, dan belajar menerima pendapat orang lain.

Mau belajar menulis cerita? Cobalah mengisi Klinik Cerita. Jika di antara teman-teman ada yang ingin belajar menjadi jurnalis dengan menceritakan pengalaman berlibur kemarin, cobalah mengisi Young Jurnalist.

Bagi yang ingin memperkenalkan kegiatan sekolah, dapat mengisi School Buzz.

Untuk bisa mengisi rubrik-rubrik di *Bobo Online*, tentu kita harus *login* atau mendaftar. Untuk bisa *login*, kita harus mengisi formulir *online* yang tersedia.

Tahun depan apa lagi ya tema Bobo Fair? Mmm... jadi tidak sabar ingin cepat-cepat ke Bobo Fair 2013!

Bertemu keluarga Bobo selalu jadi acara favorit di Bobo Fair.

Jangan Lupa Menabung

Itulah asyiknya menjadi penjelajah dunia di Bobo Fair 2012 yang bertema "Journey to the World". Bobo Fair dari tahun ke tahun semakin mengasyikkan karena, selain bermain, kita juga mendapat tambahan pengetahuan.

Bahkan sambil menonton operet, kita juga mendapat pengetahuan cara menabung di bank. Kalau selama ini kita menabung di sekolah atau di rumah, Bobo mengajak kita menabung sendiri ke bank. Di BNI Syariah ada tabungan yang namanya Tabungan iB Tunas Hasanah yang khusus untuk anak-anak seusia kita.

Asyik banget bisa punya tabungan atas nama kita sendiri, apalagi ada kartu ATM-nya. (Klub Bobo)

Operet mini Oki dan Nirmala berjudul Embun Ajaib.

resensi

Puisi Risa yang Hilang

Judul: Puisi Misterius dan Jejak Kaki Piko
Penulis: Achi TM
Penerbit: Rega Jacatra
Tebal: 88 halaman
Harga: Rp 23.000

Sejak Ibu meninggal, Risa menjadi anak yang pendiam. Ia tidak mau berteman dan selalu mengurung diri di kamar sambil menulis puisi. Maka, Ayah memutuskan pindah rumah dari Jakarta ke Bogor agar Risa bisa melupakan kesedihannya. Ayah juga membelikan Risa seekor kelinci berbulu kuning sebagai teman bermain. Risa memberi nama Piko.

Namun, Risa tetap murung. Padahal, ada tetangga Risa, yaitu Nenek Vivian, yang selalu mencoba menghibur Risa. Nenek Vivian selalu memberi Risa buah-buahan, tetapi Risa membuang buah-buahan itu ke got.

Di sekolah barunya, Risa juga tidak mau berteman. Bahkan, ada anak bernama Ratu yang tidak suka kepada Risa. Padahal, mereka sama-sama masuk kelas puisi dan harus satu kelompok menulis dan membaca puisi.

Risa kebingungan ketika tahu puisinya ada yang hilang. Padahal, puisi itu akan ia ikutkan lomba puisi. Bagimana kisah Risa selanjutnya? Apakah Nenek Vivian berhasil membuat Risa cerah kembali? Apakah Risa dan Ratu akan berteman baik?

Novel anak ini sangat menarik. Kita bisa mengambil banyak pelajaran, seperti harus mengakui kejujuran, jangan membuang sampah sembarangan, bersyukur pada Tuhan, dan arti sebuah senyum.

Bambang Irwanto, Jakarta

Cerita-Cerita

Kejujuran

Oleh: **Nanda** Ilustrasi: **Relic**

Akhirnya aku selesai juga menjawab soal ulangan Matematika dari Bu Umi. Untung saja semalam aku belajar, jadi tidak banyak kesulitan untuk menyelesaikan soal-soal itu.

Selesai mengumpulkan kertas ulangan di meja, Bu Umi memanggil namaku dan Mia. Kami berdua diminta ke ruang guru pada jam istirahat nanti. Duh ada apa ya, aku jadi deg-degan.

DENGAN langkah gemetar dan jantung berdegup kencang, aku dan Mia memasuki ruang guru. Bu Umi menyuruh kami duduk.

"Kalian tahu kenapa Ibu memanggil kemari?" tanya Bu Umi.

Aku dan Mia berpandangan dan kompak menggelengkan kepala.

"Ibu ingin kejujuran dari kalian berdua. Sekarang siapa yang akan menjelaskan terlebih dahulu. Kamu atau Mia?" tanya Bu Umi.

Aku dan Mia menunduk malu. Yah, aku menyesal telah berbuat hal sebodoh ini. Aku memberikan jawaban ulangan Matematika siang tadi kepada Mia.

Mia tidak belajar dan lupa kalau hari ini ada ulangan. Sebagai sahabat, aku pun menolong Mia. Duh, *gimana* ya..., dari awal aku sudah ragu. Aku takut ketahuan Bu Umi dan ternyata benar ketakutanku terbukti.

"Maafkan kami, Bu. Tapi ini semua salah saya. Saya yang meminta jawaban ulangan kepada Lia. Saya mohon Ibu tidak menghukum Lia. Saya siap menerima hukuman dari Ibu," kata Mia menjelaskan.

Bu Umi memandangi kami bergantian. Walaupun takut, aku melihat ketegasan di wajah Bu Umi.

"Baiklah Ibu hargai kejujuranmu, Mia, tetapi tetap saja kalian berdua bersalah. Jadi, Ibu akan tetap menghukum kalian berdua. Ini sebagai pelajaran kalian untuk tidak mengulangi kejadian ini lagi," kata Bu Umi tegas.

"Ulangan kali ini dengan sangat terpaksa Ibu memutuskan memberikan nilai nol untuk kalian berdua. Ibu rasa ini hukuman yang adil untuk perbuatan kalian.

Bukan memberikan jawaban ulangan yang Ibu sesalkan Lia, tetapi ketidakjujuran dari kalian yang tidak Ibu sukai.

Ibu sangat tidak suka dengan orang yang tidak jujur. Sekarang kalian kembali ke kelas, Ibu harap kejadian ini bisa membuat kalian jera dan menjadi anak yang jujur!"

"Terima kasih Bu," kataku dan Mia.

AKU dan Mia meninggalkan ruang guru dengan perasaan sedikit lega. Meskipun malu, di dalam hati aku sangat menyesal.

Di dalam kelas aku memilih untuk diam dan tidak ceria seperti biasanya. Teman-teman di kelas bertanya kenapa diam saja, aku jawab dengan alasan tidak enak badan.

"Maafkan aku, ya, gara-gara membantuku kamu malah dihukum. Aku sangat menyesal, Lia," kata Mia sedih.

Melihat Mia sedih, aku jadi kasihan. Padahal, aku tidak marah karena sudah menolong Mia dan dihukum guru. Aku pantas dihukum untuk ketidakjujuranku, hanya saja aku menyesal.

Selama ini aku tidak pernah berbuat masalah di sekolah. Aku takut menceritakan kejadian ini kepada Mama.

"Sudahlah Mia, aku tidak marah kepadamu. Hanya saja menyesal ini terjadi padaku, aku takut untuk mengatakannya kepada Mama," jelasku kepada Mia.

"Aku mengerti Lia. Sepulang sekolah aku ikut ke rumahmu biar aku yang menceritakan semuanya ke pada Mamamu," sahut Mia.

"Enggak usah, biar aku saja yang menjelaskan nanti. Kalau butuh bantuanmu, pasti aku akan mengatakannya," kataku.

"Ya sudah kalau begitu, tetapi aku tetap akan meminta maaf ke Mamamu."

Aku mengangguk.

PULANG sekolah aku langsung ke rumah meski dengan hati deg-degan takut dimarahi Mama. Tetapi sudah aku putuskan untuk menceritakannya kepada Mama.

"Eh, anak Mama sudah pulang," kata Mama menyambutku di teras.

Melihat Mama senang, aku semakin menyesal. Maafkan aku ya, Ma, sesalku dalam hati.

Mama menggandeng tanganku dan membawaku ke kamar. Setelah mengganti baju seragam dengan baju rumah, Mama mengajakku makan siang.

Di meja makan sudah tersedia makanan kesukaanku, ayam goreng dan sayur sop. Selesai makan, aku memutuskan untuk menceritakan kejadian kepada Mama.

Duh, rasanya hatiku lega banget setelah menceritakan semuanya ke pada Mama. Mama mendengarkan semua ceritaku sampai selesai.

TIBA-TIBA telepon di ruang tengah berbunyi, Mama yang mengangkatnya. Cukup lama Mama berbicara di telepon entah dengan siapa. Setelah selesai, Mama mendekatiku lagi.

"Tadi itu Mia yang menelepon. Mia ingin meminta maaf dan menjelaskan kejadian tadi siang di sekolah. Mia sangat menyesal karena telah membawa kamu dalam kejadian ini," kata Mama.

"Mama marah?" tanyaku.

Mama menggeleng. Tangan Mama yang hangat mengelus rambutku penuh sayang. Mama tersenyum, aku senang melihatnya.

"Maafkan aku ya, Ma. Aku sangat menyesal. Aku berjanji tidak akan mengulanginya lagi," janjiku.

"Iya, Mama percaya. Mama senang kalau kamu menjadi anak yang jujur. Karena kejujuran itu akan membuat kita jadi orang yang benar. Ingat pesan Mama ini baik-baik!"

Aku mengangguk. Aku memeluk Mama erat, Mama juga memelukku. Duh, senangnya karena masalah ini bisa terselesaikan dengan baik. Sekarang aku sadar, ternyata berbuat tidak jujur itu sangat merugikan.

Nanda
Penulis Cerita Anak,
Tinggal di Karawang

Redaksi menerima kiriman naskah, cerita pendek, atau dongeng. Karangan harus asli dan belum pernah diterbitkan. Panjang karangan 3-4 halaman, diketik dua spasi. Karangan yang layak muat akan diberi imbalan yang pantas. Naskah harap dikirim ke **Redaksi Kompas Anak**, Jl Palmerah Selatan No 26-28, Jakarta 10270.

Ruang Kita

Rayyan Fahrezi Suwarna
TK B Adz Dzurriyyah Imani Ciputat, Tangerang, Banten

Ghefira Naziha Zahara
Kelas IV SDI Al Fattah Solo, Jawa Tengah

Theodorico Liwandi Lutan
Kelas V SD Xaverius 2 Jambi

Matahari Natal
TK A Solideo Christian School Serpong, Tangerang.

Ilustrasi: Damianus Sunu Wibowo

Olimpiade London 2012

Di sana atlet-atlet dunia berlaga
Di pesta akbar olimpiade olahraga
Beradu otot, strategi, dan prestasi
Untuk meraih medali tertinggi

Tak terkecuali atlet-atlet Indonesia
Ikut berpartisipasi dengan berlomba
Demi mengharumkan nama bangsa
Dalam pertandingan tingkat dunia

Kami anak bangsa turut berdoa
Semoga atlet-atlet Indonesia di sana
Mengukir prestasi menjadi juara
Dan membuat bangga bangsa Indonesia

Adryan Ardan,
Kelas VII SMPN 25 Surakarta,
Jawa Tengah

Solo

Kotaku Solo indah dan asri
Bagai bunga yang mekar
Solo punya tim sepak bola kebanggaan, Persis Solo
Solo disenangi orang
Ada banyak orang berlibur ke Solo
Ada orang asing berlibur ke Solo
Solo punya tari-tarian dan wayang
Solo kota kebanggaanku

Damar Kukuh Yoghananta,
Kelas II SD Kristen Tri Putra Bakti, Surakarta

Cita-citaku

Aku punya cita-cita
Aku ingin menggapai cita-citaku
Aku ingin menjadi astronot
Untuk menggapai itu
Aku harus rajin belajar
Aku kasihan melihat Ayah bekerja seharian
Jadi aku ingin meringankan bebannya
Dengan belajar yang rajin
Sehingga cita-citaku tercapai kelak

Clara Damasanti,
Kelas II SD Efata School Serpong, Tangerang,
Banten

Rubrik ini menerima kiriman-kiriman darimu. Kirimkan surat-surat, karangan, puisi, gambar, dan resensi buku disertakan sampul asli. Cantumkan nama lengkapmu, kelas, dan alamat sekolah. Karya harus asli, jangan bajakan. Tulis **Ruang Kita** pada kartu pos atau amplop. Lalu kirim ke **Redaksi Kompas Anak**, Jl Palmerah Selatan No 26-28, Jakarta 10270.

Rindu Tong-tong Tek

Bila Ramadhan tiba, selalu ada yang istimewa buatku. Hati terasa senang karena masjid di desaku bertambah ramai. Tetangga yang sebelumnya tidak pernah ke masjid, kini bersemangat beribadah di sana. Shalat Tarawih pun sampai meluber ke luar halaman.

Dulu setiap bulan Ramadhan selalu ada tong-tong tek sebagai pengingat saat sahur. Tong-tong tek adalah sebutan untuk rombongan remaja yang berkeliling kampung. Mereka ini memukul-mukul bambu yang dilubangi di tengahnya, bahkan ada yang membawa kentongan dan botol bekas sirup. Tong... tong... tek, begitu bunyinya.

Suasana kampung ramai menjelang makan sahur dan terasa menyenangkan saat rombongan tong-tong tek ini berebut bungkusan yang disediakan warga. Mungkin itu ungkapan terima kasih karena sudah dibangunkan untuk sahur.

Tetapi itu dulu, sekarang tidak ada lagi tong-tong tek di desaku. Para pemuda di desaku sebagian besar pergi merantau. Mereka baru kembali ke desa menjelang Lebaran.

Johan Setiawan,
Kelas V SD Kajar 01 Trangkil, Pati, Jawa Tengah

FOTO-FOTO: KOMPAS/WAWAN H PRABOWO

Koleksi Jersey

DI SANALAH "JERSEY" BERLINDUNG

Rumah adalah tempat berlindung keluarga dan setumpuk kaus kebanggaan ("jersey") tim sepak bola ternama. Begitulah artis sinetron dan presenter sepak bola Ibnu Jamil memaknai rumahnya.

OLEH BUDI SUWARNA

Mata Ibnu Jamil (30) masih terlihat sembab, Jumat (26/7) siang. Maklum, malam sebelumnya dia harus begadang sampai pagi di studio RCTI untuk siaran langsung pertandingan sepak bola di arena Olimpiade. "Saya baru pulang jam 04.30, terus langsung tidur dan bangun jam 11.00 ," ujar Jamil, di rumahnya di kawasan Petukangan, Pondok Aren, Tangerang Selatan.

Pekerjaan Jamil sebagai pemain sinetron dan presenter televisi memang menyita banyak waktu. Suatu kali, dari pagi hingga siang dia menjalani *shooting* film televisi di Cibubur. Siang hingga petang dia *shooting reality show Super Trap* di Trans TV. Malam sampai subuh dia memandu siaran langsung pertandingan sepak bola Olimpiade.

"Selebihnya waktu saya tersita di jalan. Saya saksi kemacetan setiap hari," kata Jamil yang dikontrak RCTI sebagai presenter siaran langsung sepak bola sejak Piala Eopa 2012. Lantas kapan Jamil bisa menikmati rumahnya? "Kalau lagi enggak ada *shooting* terutama sinetron kejar tayang," jawab Jamil.

Laki-laki yang juga bermain dalam beberapa film horor itu biasanya menghabiskan waktu di rumah dengan menonton film sambil tiduran di sofa di ruang keluarga, dan berhadapan langsung dengan seperangkat piranti *home theater*. Itulah ruangan favorit Jamil.

Jamil sengaja tidak menaruh banyak perabotan di ruang keluarganya. Selain sofa dan peranti hiburan tadi, ada pula bufet tempat dia meletakkan foto bersama pesepak bola Spanyol, Cesc Fabregas.

Gila bola

Ada pula beberapa piala turnamen sepak bola kelas amatir. Piala-piala itu cukup menjelaskan kegemaran Jamil bermain sepak bola. Jika sedang tidak banyak pekerjaan, Jamil bermain sepak bola tiga kali seminggu bersama beberapa artis. Bahkan, dia mendirikan klub yang bertanding di liga amatir di Stadion Lebak Bulus. "Kita pemain amatiran, tapi gayanya seperti pemain beneran. Kalau bertanding pakai berantem juga ha-ha-ha," katanya.

Jejak kecintaannya pada sepak bola juga terlihat dari koleksi *jersey* atau kaus kebanggaan tim sepak bola yang jumlahnya setumpuk. Siang itu, Jamil memamerkan sekoper *jersey* hasil perburuannya selama menonton final Piala Eropa bulan lalu. Ada kaus tim Belanda, Ukraina, Perancis, dan sejumlah kaus klub lokal Ukraina. Sebagian kaus ditandatangani pemain terkenal.

Dengan mata berbinar, Jamil antusias menceritakan kisah perburuan *jersey* di Ukraina. Ketika tim Belanda tersingkir di babak penyisihan grup, harga *jersey* tim itu langsung melorot tajam. "Satu kaus harganya jadi Rp 300.000-an. Saya beli dong," ujar pemuda Betawi ini, sambil memamerkan *jersey* oranye tim Belanda.

Seperti "nasib" *jersey* yang sudah dia miliki sebelumnya, sekoper *jersey* hasil perburuan Jamil selama di Ukraina kemungkinan tidak akan dipakai. *Jersey-jersey* itu akan Jamil simpan saja. Saat ini, ada tiga kaus yang diberi pigura dan dipajang di dinding ruang keluarga di lantai dua. Rencananya, Jamil akan membuat ruang khusus untuk menyimpan koleksi *jersey*-nya.

Untuk pengajian

Jamil dan istrinya—mantan pemain bola voli—Maya Attrina (33), dan anaknya, Dhofin Maula Jamil (5), tinggal di rumah itu sejak 2009. Awalnya mereka tinggal di Bandung. Namun, karena pekerjaan lebih banyak di Jakarta, mereka pun pindah. Lokasi rumah yang dipilihnya adalah Petukangan. "Karena di sebelahnya ada rumah saudara. Yah, namanya juga orang Betawi, enggak mau tinggal jauh dari keluarga," ujar Jamil.

Meski lokasi rumah Jamil ada di dalam kompleks perumahan, suasana perkampungan masih terasa. Di belakang rumah Jamil ada sepotong rawa tempat orang-orang memancing ikan. Rawa yang memberi sedikit kesejukan itu tampaknya akan segera hilang dan berubah jadi perumahan.

Rumah Jamil terdiri dari dua lantai berukuran 280 meter persegi. Lantai pertama terdiri dari ruang tamu, dua kamar tidur, ruang keluarga, ruang makan, dan dapur. Lantai kedua terdiri dari ruang keluarga dan kamar tidur. Rumah dibuat minim sekat hingga terlihat lapang. Perabotan rumah juga seperlunya saja. Itu sebabnya rumah itu juga terasa bersih.

"Saking lapangnya, waktu mama saya pertama kali berkunjung ke sini langsung berkomentar, 'Wah rumah ini bagus buat (menggelar) pengajian'. Saya jawab, 'Emangnya tiap hari mau dipakai pengajian, Ma?'"

Begitulah rumah Jamil, artis yang wajahnya kerap muncul setiap malam di televisi untuk memandu siaran langsung sepak bola. Rumah yang cukup besar tetapi tetap terlihat sederhana. "Buat saya yang penting rumah itu nyaman untuk berlindung diri sendiri, keluarga, dan setumpuk *jersey*," katanya, diikuti senyum.

Tangga Menuju Ruang Tamu

Piala Turnamen Futsal

Kamar Tidur Utama

Tampak Depan

SEPEDA TINGGI, TINGGI SEKALI

Anggota perkumpulan pengguna sepeda tinggi Pit Duwur melintas di Alun-alun Utara, Yogyakarta, Senin (30/7).

FOTO-FOTO: KOMPAS/FERGANATA INDRA RIATMOKO

Dari seorang pemain sirkus, anak muda Yogyakarta tahu cara membuat sepeda tinggi. Mereka kemudian menularkan pengetahuan itu kepada kaum muda di kota lain. Mereka tergabung dalam Perkumpulan Pit Duwur.

OLEH BUDI SUWARNA

Lalu lintas di depan Alun-alun Utara, Yogyakarta, sore itu, Senin (32/7), tak begitu ramai. Di antara mobil dan motor yang lalu lalang, melintaslah dua sepeda yang bentuknya menjulang sekitar 2 meter. Itulah *pit duwur* atau sepeda tinggi. Sejak tahun 2006, sepeda jangkung seperti itu bermunculan di Yogyakarta dan menjadi perhatian orang di jalan.

"Kalau kami keliling pakai *pit duwur* pasti *dilihatin* orang. Mungkin karena bentuknya aneh," ujar Eko, bangga.

Sore itu, dia *menggowes* sepeda tinggi dengan dua sadel dan dua pasang pedal bersama temannya. Meski sepeda itu tinggi, dia tidak kesulitan untuk menjangkau sadel dan mendudukinya. Semakin tinggi sepeda, semakin sulit dinaiki. Pengemudi harus meniti dua-tiga pijakan agar bisa menduduki sadel. "Kalau yang belum pernah mencoba sepertinya susah, padahal sih gampang. Yang penting penunggangnya berani," ujar Gejes.

Sepeda jangkung paling tinggi di komunitas itu adalah sekitar 2 meter dengan panjang 2,9 meter. Itu merupakan sepeda tinggi gandeng dengan tiga stang dan tiga sadel. "Tetapi, kami tidak pernah bersaing main tinggi-tinggian sepeda sebab semua sepeda tinggi itu unik," ujar Gejes.

Para penggemar sepeda tinggi di Yogyakarta bernaung di bawah Perkumpulan Pit Duwur. Gejes mengatakan, anggotanya sekitar 100, tetapi yang aktif 50-an orang. Latar belakang mereka beragam, mulai dari anak SD, mahasiswa, pengangguran, hingga pekerja. "Pokoknya siapa saja yang suka sepeda tinggi boleh bergabung," ujar Gejes.

Komunitas ini biasanya mengadakan pertemuan khusus setiap Hari Bumi tanggal 22 April. Acaranya antara lain karnaval sepeda. "Kami *muter-muter* Kota Yogyakarta bersama komunitas sepeda lain. Pernah saking ramainya, acara itu *dibubarin* polisi karena bikin macet," ujar Theo Hendra Adhitya (26).

Tukang sirkus

Pit Duwur muncul sejak tahun 2006. Kisah komunitas ini terkait erat dengan perjalanan dunia pemain sirkus asal Eropa, yakni Pierro, Jane, dan Crusio. Di setiap negara yang dikunjungi, mereka berusaha mendapatkan teman. Ketika mampir di Yogyakarta, mereka merasa diterima dengan tangan terbuka. Itu sebabnya mereka betah tinggal di kota ini.

Selama di Yogyakarta, mereka sering bertandang ke sanggar tato El Kampreto Pondok Kelir di Jalan Gejayan. Mereka tertarik membuat tato di sana. Namun, mereka tidak membayar jasa pembuatan tato dengan uang, melainkan pelatihan membuat sepeda tinggi. Pelatihan pertama diikuti 10 orang. Theo yang mengikuti pelatihan itu menceritakan, Pierro mengajarkan cara membuat sepeda tinggi mulai dari desain struktur.

Usai pelatihan, peserta langsung berburu rongsokan sepeda bekas di Berbah, Wirosaban, dan Kalibayam. Rangka, gir, dan stang bekas mereka beli rata-rata Rp 6.000 per kilogram. Barang rongsokan itu kemudian mereka rakit lagi menjadi sebuah sepeda jangkung.

Theo menggabungkan tiga rangka sepeda federal bekas menjadi sepeda tinggi. "Saya yang mendesain, tukang las yang mengerjakan. Kesulitan utama pada pembuatan struktur. Kalau tidak sejajar, sepeda pasti tidak seimbang."

Theo yang sudah lama memimpikan sepeda baru akhirnya bisa membangun sepeda sendiri. "Itu sepeda pertama yang saya bikin. Saya cuma keluar uang Rp 500.000," ujar Theo, yang memiliki tiga sepeda jangkung.

Seperti Theo, Dwiyono juga bersemangat membuat sepeda tinggi sendiri. Dia berburu barang rongsokan sebagai bahan baku sepeda tinggi. Kerja kerasnya membuahkan hasil. Dia bisa membangun sepeda jangkung dengan biaya Rp 300.000.

Tidak berhenti di situ, Dwiyono kemudian menularkan pengetahuannya membuat sepeda tinggi kepada teman-temannya di Cikarang dan Tangerang. Awalnya teman-temannya di Cikarang kurang tertarik dengan sepeda tinggi. "Mereka lebih suka sepeda mahal buatan pabrik. Lambat laun, satu-dua teman tertarik juga pada sepeda tinggi. Mereka bilang, 'Sepeda *elu* keren juga'."

Mereka kemudian mencoba membangun sepeda sendiri. Setelah berhasil, penggemar sepeda lainnya di Cikarang pun tertarik membangun sepeda sejenis. Bahkan, ada satu SMK yang siswanya ramai-ramai bikin sepeda tinggi di bengkel mereka.

Penggemar sepeda tinggi di Cikarang akhirnya membentuk komunitas bernama Tall Bike Cikarang yang merupakan terjemahan langsung dari Sepeda Tinggi Cikarang.

Seiring dengan makin banyaknya pembuat sepeda tinggi, bahan rongsokan sepeda mulai sulit diperoleh. Kalaupun ada, harganya meningkat tajam. "Tukang rongsokan sekarang sudah pada pintar. Mereka tidak mau jual rongsokan dengan harga murah," ujar Gejes.

DOK. THE EXECUTIVE

Perayaan Hari Kemenangan identik dengan suasana kebersamaan, saling bertegur sapa, bersilaturahim, dan membangun komunikasi hangat. Alangkah menarik bila Anda melengkapi penampilan dengan padu padan busana apik dan istimewa.

Busana sopan dan modis menjadi andalan gaya Anda. Baik untuk perempuan maupun pria, umumnya sudah ada patron yang mengalami perkembangan warna dan motif sesuai tren, seperti jenis tunik dan abaya untuk perempuan, dan baju koko, gamis, atau kaftan untuk pria.

Nyaman dan "stylish"

Brand Manager Ladies Wear PT Delami Garment Industries Rita Zulkaidarati menerangkan, koleksi yang dilansir untuk memeriahkan hari raya Idul Fitri tahun ini mempunyai karakter yang berpotongan *slim*, *young*, dan modern.

Koleksi lebaran 2012 ini tetap mengacu pada arahan *urban contemporer*, tak jauh dari konsep The Executive yang mengutamakan kenyamanan, kepraktisan, dan *stylish*. "Urban pun identik mewakili *modern style*, cenderung simpel, dengan target *market* profesional muda. Bahkan, tidak menutup kemungkinan *customer* yang ingin terlihat lebih muda juga menyukai koleksi The Executive," ucap Rita.

Kali ini efek detail masih menjadi fokus utama, terutama untuk busana perempuan. Koleksi hadir dengan detail *lace*, *sequined*, *embellishment*, dan bebatuan untuk menimbulkan efek *festive*. Pemilihan bahannya memberikan kenyamanan, seperti kreasi bahan *foil*, *satin*, dan campuran *jacquard* dengan *chiffon* untuk memberi aksen impresif.

Rita melanjutkan, "Untuk pemilihan motif koleksi perempuan, kami sesuaikan tren *print* saat ini, *animal print* yang menjadi *highlight*-nya. Selain itu, kami masukkan efek *paisley*, *ombre* sebagai pilihan dalam koleksi *ladies* jenis *fitted* maupun *loose* yang *stylish*. Warna yang dipakai cenderung ke arah natural seperti *white*, *brown*, *cream*, dan *gold*. Namun, ada juga pilihan warna yang cerah seperti warna *wine* dan *turquoise*."

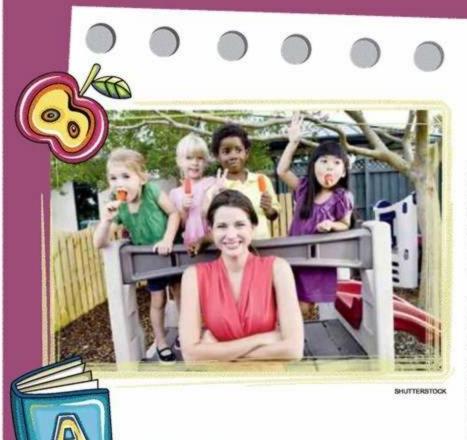
Sebagai pelengkap padu padan perempuan, The Executive menyajikan pilihan celana panjang sebagai *core product*-nya yaitu koleksi celana The Editor Pant. Koleksi *dress pants* tersebut hadir dalam empat *fitting* sesuai jenis bentuk tubuh bagian bawah, seperti *new classic fit*, *modern fit*, *edgy fit*, dan *skinny fit*. Variasi warna yang ditawarkan adalah *black*, *brown*, *khaki*, *white*, dan *grey*.

The Executive juga menyediakan pilihan aksesori menarik untuk bergaya pada hari raya, seperti *clutch*, *scarf*, *bracelet*, dan *necklace*. Sepatu pun masuk dalam jajaran aksesori gres d The Executive yang untuk sementara ini baru tersedia di *store* tertentu.

Tak kalah istimewanya, The Executive menyajikan koleksi trendi untuk pria. Tahun ini The Executive Men koleksi Lebaran 2012 lebih terlihat *young* dan modern. Contohnya detail pada kerah berupa *mini collar* dan *roll up sleeve* pada bagian lengan. Sementara itu, untuk warna cenderung lebih spesifik sesuai konsep *festive* pada momen Lebaran seperti warna putih. Kenyamanan pun menjadi prioritas dengan pemilihan bahan dari *linen look* dan *cotton rich*. Semua koleksi istimewa ini bisa ditemukan di butik dan *counter department store*.

The Executive menjanjikan promosi menarik, tepatnya pada tanggal 6-18 Agustus 2012, berupa program promosi "Buy two save 25 percent" (hanya berlaku di butik). [IKLAN/AJG]

Seluruh tulisan/materi pada halaman Klasika dipersiapkan oleh Tim Iklan Kompas.

SHUTTERSTOCK

Jangan Sampai Si Kecil Terabaikan

MENGURUS rumah tangga, anak, dan pekerjaan akhirnya menjadi tanggung jawab yang harus dijalankan secara seimbang oleh seorang ibu. Akan tetapi, hal tersebut tidak semudah membalikkan telapak tangan. Keterbatasan waktu dan tenaga acap kali menjadi hambatan. Hal yang paling mengkhawatirkan adalah saat anak-anak mulai terabaikan akibat kedua orangtua yang sibuk bekerja.

Ada beberapa cara yang dapat dilakukan agar si kecil tetap mendapat pendidikan yang baik, meski kerap ditinggal bekerja. Salah satunya adalah memilih *day care* atau tempat penitipan anak untuk merawat buah hati. Keuntungannya adalah Anda dapat membekali anak dengan pendidikan dan keterampilan yang tercermin dari program pengajaran yang ditawarkan *day care*. Bahkan, anak-anak dapat berkumpul bersama teman-teman sebaya sehingga terpacu untuk bersosialisasi.

Walaupun begitu, Anda tetap harus selektif dalam memilih *day care* yang tepat bagi si kecil. Berikut hal-hal yang perlu diperhatikan agar mereka mendapat perawatan terbaik.

MEMBUAT DAFTAR

Beragam tempat penitipan anak kini telah tersedia dengan kurikulum, harga, dan fasilitas yang berbeda-beda. Oleh karena itu, buatlah daftar tempat penitipan anak yang sudah memiliki lisensi. Jangan lupa mencari referensi tempat sebanyak-banyaknya dari kerabat yang lebih berpengalaman.

SURVEI LANGSUNG

Cara selanjutnya adalah berkunjung langsung ke tempat penitipan anak dan bertanya kepada para staf dan pengurusnya. Staf yang berkualitas akan terlihat responsif dan komunikatif saat berinteraksi dengan anak-anak dan orangtua.

MENGETAHUI ATURAN

Pertimbangan lainnya adalah peraturan dan program yang diterapkan di tempat penitipan anak tersebut. Tempat penitipan anak yang baik tentu akan menjunjung tinggi nilai disiplin dengan aturan ketat. Di antaranya, pengaturan jam bermain, jam makan, jam istirahat, bahkan pemeriksaan kesehatan. Pastikan pula si kecil mendapat program pembelajaran yang sesuai dengan umurnya. Misalnya, program *toilet training* untuk anak usia 1 tahun atau belajar pengucapan untuk anak usia 1,5-2 tahun.

Lengkapnya fasilitas yang dimiliki sejumlah *daycare* bukan berarti Anda benar-benar menyerahkan buah hati begitu saja. Bagaimanapun juga, mereka tetap membutuhkan kasih sayang dari kedua orangtuanya. [GPW]

Aman B Pulungan
Ikatan Dokter Anak Indonesia

Apakah Anak Pendek Bisa Diobati (Bagian III)

DEFISIENSI hormon pertumbuhan (GHD). Defisiensi hormon pertumbuhan merupakan salah satu penyebab hormonal perawakan pendek. Berdasarkan data klinik, hampir 30 persen anak dengan perawakan pendek disebabkan faktor endokrin. Data dari peneltian lain mendapatkan 21,7 persen anak dengan perawakan pendek termasuk CDGP, sedangkan sisanya patologis. Dari penelitian ini yang menderita GHD sebesar 23 persen.

Manifestasi klinis GHD tergantung dari etiologi, usia awitan, dan berat ringannya GHD. Apa pun penyebab GHD, petunjuk utamanya secara klinis adalah menurunnya kecepatan pertumbuhan sehingga pengukuran antropometri secara benar dan dilakukan secara teratur akan mampu mendeteksi dini perawakan pendek yang disebabkan GHD.

Penderita GHD congenital biasanya mempunyai berat lahir dan panjang lahir normal. Gangguan pertumbuhan bisa mulai terlihat setelah usia enam bulan. Gangguan pertumbuhan sering kali baru disadari orangtua setelah usia tiga tahun karena perbedaan tinggi badan yang cukup mencolok dengan teman sebaya akibat menurunnya kecepatan tumbuh. Gejala klasik GHD adalah anak pendek, tampak gemuk tapi proporsional, wajah tampak lebih muda dari usianya dan montok (*chubby*) dengan suara yang melengking. Retardasi pertumbuhan tulang-tulang muka akan menyebabkan *frontal bossing* (jidat nonong), kelambatan pertumbuhan gigi dan/atau terlambatnya tanggal gigi sulung.

Untuk menghindari pemborosan pemeriksaan serta sebaliknya kemungkinan terlewatkan diagnosis patologik, yang dapat menyebabkan hilangnya kesempatan untuk meningkatkan tinggi badan, langkah awal adalah menentukan apakah perawakan pendek ini patologik atau normal.

Kriteria awal untuk melakukan pemeriksaan terahadap anak pendek adalah pertama, tinggi badan terletak di bawah persentil tiga atau di bawah tinggi rata-rata populasi; kedua, kecepatan tumbuh di bawah persentil 25 kurva kecepatan tumbuh atau kurang 5 cm/tahun pada anak berumur 3-10 tahun; ketiga, prakira tinggi dewasa di bawah potensi tinggi genetiknya; dan, keempat, kecepatan tumbuh melambat setelah umur tiga tahun dan turun menyilang garis persentilnya pada kurva panjang/tinggi badan.

Setiap anak dengan perawakan pendek harus diketahui penyebabnya. Keluarga juga perlu mendapatkan penjelasan mengenai potensi normal pertumbuhan sesuai dengan potensi genetiknya. Sebagian kasus tidak perlu langsung diterapi dapat hanya dengan pemantauan berkala. Namun, sebagian kasus yang jelas penyebabnya dapat diterapi sesuai penyebab. Kasus yang jelas penyebabnya seperti kelainan endokrin antara lain GHD dan defisiensi hormon tiroid dapat segera diobati. Gangguan pertumbuhan sekunder seperti malnutrisi dan penyakit kronis juga harus segera diobati sesuai penyebabnya.

Khusus GH defisiensi dapat diberikan terapi substitusi hormon pertumbuhan. Terapi GHD adalah terapi substitusi *growth hormon*. Biasanya kecepatan tumbuh pada tahun pertama pengobatan adalah 9-12 cm per tahun.

Untuk perawakan pendek yang tidak diketahui penyebabnya (idiopatik), PJT, akhir-akhir ini banyak senter yang juga memberikan *growth hormone* untuk perawakan pendek idiopatik dengan hasil yang bervariasi. Penelitian terakhir di Belanda GH diberikan pada kelompok anak perawakan pendek idiopatik. Hasilnya dapat menambah tinggi akhir anak 7 cm dari tinggi sebelumnya.

Khusus untuk CDGP sebetulnya tidak perlu pengobatan karena saat pubertas, walaupun terlambat, pertumbuhannya akan normal dan terjadi kejar tumbuh. Namun, karena pertumbuhan dan pubertasnya lambat, anak sering menjadi kurang PD dan merasa rendah diri.*

Memilih "Rumah Kedua" untuk Si Kecil

SAAT buah hati menapak usia 3,5 tahun, sebagian orangtua mulai sibuk mencari sekolah taman kanak-kanak yang tepat untuknya. Hal ini sepertinya sudah menjadi "tradisi" bagi para orangtua ketika menjelang tahun ajaran baru. Sayangnya, mencari tempat mengenyam pendidikan bagi si kecil tidaklah selalu mudah. Ada beberapa hal yang perlu dipertimbangkan sebelum Anda menentukan sekolah yang tepat bagi mereka.

"Selain harga, hal yang selanjutnya dipertimbangkan adalah kondisi gedung sekolah. Saya tidak mau jika si kecil terserang berbagai penyakit hanya karena sekolah yang kotor dan tidak terawat," ungkap Ni Luh Gde Hety (36), ibu dua anak yang sekaligus bekerja sebagai Direktur Orange Blossom School dan El Genio Academy.

Menurut Ni Luh, sekolah yang baik adalah sekolah yang didirikan berdasarkan kacamata seorang ibu sehingga berlandaskan cinta kasih terhadap anak-anak. Prinsip dasar inilah yang sebaiknya terlihat dari kinerja pada staf pengajar dan karyawan sekolah tersebut. Pendidik yang mencintai dan peka terhadap anak-anak tentu akan lebih diharapkan. Dengan adanya rasa kasih sayang, pendidik akan mudah mengenali karakteristik anak satu per satu dan mengajaknya untuk mengembangkan bakat yang dimiliki.

Aspek lain yang perlu diperhatikan adalah kurikulum yang diterapkan. Pastikan anak Anda mendapat program pendidikan yang sesuai dengan usianya. Orangtua pun tidak dapat memaksakan si buah hati untuk memiliki kemampuan di luar kebutuhan dan usianya.

Beberapa sekolah usia dini kini telah melengkapi sistem pembelajaran dengan bahasa Inggris. "Usia 0-6 tahun merupakan periode emas bagi anak-anak. Pada periode tersebut, mereka memiliki daya serap tinggi terhadap bahasa. Bahkan, sebuah penelitian mengatakan bahwa sekitar 80 persen anak bisa menyerap lima bahasa lebih cepat tanpa bingung," jelas Ni Luh. Hal ini berguna untuk mempersiapkan mereka sebelum melangkah ke jenjang pendidikan SD dengan mata pelajaran bahasa Inggris.

Selain bahasa Inggris, sekolah usia dini memiliki kegiatan ekstrakurikuler yang dapat semakin mengembangkan bakat anak-anak. Di antaranya adalah teater, tari, gambar, atau ekstrakurikuler *science* dengan percobaan sederhana sesuai dengan umur. Namun, bagaimana jika si kecil belum dapat menentukan kegiatan yang ingin diikuti? Pastikan pihak sekolah mengajak orangtua dan guru melakukan pratinjau (melalui *trial class*) untuk melihat bakat sang anak dan menanyakan minatnya.

"Sekolah itu ibarat rumah kedua bagi anak-anak. Oleh karena itu, para guru wajib melakukan pendekatan, terutama bagi anak yang suka *ngambek* di hari pertama sekolah. Anak-anak sebaiknya diberi kepercayaan bahwa mereka tidak sendirian dan harus belajar bertanggung jawab. Pastikan bahwa mereka merasa aman dan nyaman saat berada di sekolah," tambahnya. [GPW]

desain grafis : Adrianus Adrian

OTOMOTIF

DIJUAL CEPAT DAN HARGA Rp. 2,25M

PORSCHE CAYENNE TURBO 4.8 AT, Jenis Jeep LC HDTP,
Warna Abu-abu metalik, Tahun pembuatan 2010, bisa dilihat langsung di :
Gedung Bina Mulia II, Jl. HR Rasuna Said Kav. 11, Kuningan - Jakarta 12950
Yang serius dapat menghubungi :
Ibu Susan di 0816.79.5458 Bp. Andi di 0815.8733.056
(Hanya SMS yang dilayani)

SUKU CADANG

Used Euro Parts Best Prices !!! T:65-63670886, F : 65-63632803 BENZ BMW Volvo Audi VW www.propel-auto.com

MOBIL DICARI

Beli Sgl Jns Mbl Hrg Tgi Th.90-2011 BPKB Asli/Dplkt 021-7028 3933/08128907676 Tangerang

Berani Beli Mobil Harga Tinggi, Aman&Cepat.Hub:Hj.Zakiah,021-70075700/SMS:081385851881

MOBIL DIJUAL

LAIN-LAIN

AJM MOBIL
Cooper Countryman All4 '2011 Brown,4700km,acc:England Flag Pls Call: 938 16674 / 5422 0555

AUTO GRAHA 7948000
RR Evoque 3/5DR Dynamic Plus Rear Entertainment, 1/3 TV*** Interiror Red/Ivory********* Ready Stock **Harga Miring** 081289210009 / 081311611972

AUTO ROYAL PDK INDAH
Evoque dynamic lux package Black & White, angsuran 8,2Jt Hub: 021-7034-6789

AYUN JAYA MOTOR BOS
Hummer H2 6.2 double cabin Hummer H3 3.7 SUV Rdy Stock ***Bursa Otomotif Sunter*** 021-29450737 / 021-45768008 021-34654154 / 021-27236333

Hino Dump Truck Dutro 130 HD Th.10-Lelang Satuan-Hrg Limit 125jt-Gudang1Kntr SMSfinance Cab.Ternate, Jl.Stadion No.6 Gudang 2, Jl.Malikurubu No. 50. Hub:081278832339 Altolelang

HummerH3 09chrome pack tgn1 km10rb s-rec.Jklt sroof 3tv+cam tndk e.seat fulors:08128786496

Mini Cooper 1.6 S Turbo, 2011 Orange,Km 3rb,Panoramic, Istw Call (021) 7251.893 / 725.2333

Mini Cooper S 50TH Aniversary Warna Hitam KM 7900Rb Hub: 0811852285, 0811875772

Range Rover Evoque putih'2012 F.opt 3TV,5cam,lsg nama,jl-cpt 021.8534.7853/0815.1736.9061

Range Rover Sport 5.0 Facelift ** DVD+Rear Entertainment ** Harman Kardon, Xenon, Vr.20" **** Black @VIP Motors **** *021-4524448, 021-4505666* @MOI 45866766 open till night.

SANNY AUTO GALLERY
Discovery 4 HSE Black RR sport3.0 Turbo Black Red Edt Evoque Black White Grey Silver Str 021-6525678/Kgd 45853188

SANNY AUTO GALLERY
Cayenne 3.6Black int beige atpm Sunroof Airsus Velg 19 Str 021- 6525678/Kgd 45853188

BMW

320i '06 Black **320i '08 Silver 325i'11,M.edt,520i'12Slvr/S.gry 520D'12 Slvr,523i'10 Black/Slvr 523i,F10,'10 pth,523i,F10,'11gry 528Ex'12wht,530'06blck,530'10 730Li'10/11Bsns Hitam,Stnkpjg BestindoCarUtamaPh:74868000

320i thn 07 Hitam Mulus khs pemakai. Hub: 0811881619

530 Th'05 sunroof + 120 th'05 hitam 248jt / Dp.20% Radio dlm Raya / 14 Ph.0816777105

New 320i,X1,116i 500Jtan,325M 600Jtan,Z4 999jt,Lebaran Sale! DP,Ccln OK 085714260642

640I GRAN COUPE
1st in Indo,4 doors,Black&White 3.0V6TwinTurbo,320HP,Keyless Vacum Door,RoundCamera,Pano ----Ready @ Terminal Motor---- PI7225222,KG4511111,4520000

New X1,116i,320i ED 500 Jtan. 325i M 600 Jtan.Hanya Bln Ini,DP Ccln Low : 083838018866

X 6 NIK'2009 STNK januari'2010 Pjk Pjg,Black on Oyster,km24rb Sgt Trwt Hub: 08788.5857.848

X1-18i'12 Slvr, X3-2.5i'04 Black X3-2.5'05 Blue, X3-2.0D Bsns'11 X3-3.5i'11Slvr, X5-3.0D'11white X5-3.5i Exc'11gry, X6-3.5'09blck Mini Countrey M.S'12 blue,lgnm BestindoCarUtamaPh:74868000 *Minggu Buka: 08.00-18.00 Wib

X3 2.0i Diesel, Silver, Th'2011 Panoramic,Km.11rb, Tgn 1, Istw Pakubuwono 7251893/ 7252333

X5 3.0 Exctve'08silverGold Pano ramik 3 baris tv 628jt/Dp20%Radio dlm ry/14 T.081315575341

CHEVROLET

Captiva 2.0 AT Diesel OTR 363.000.000 Disc Menarik, Redy Stock Hub: Siska 0857 1122 6262 Chevrolet Jaya Cawang

Captiva 2.4 L Thn 2007, JakUt, 210jt, Nego, Hitam Metalik, Kond Istmw, Mesin : DOHC 2405 CC 16, KM.68613, Valve, A/T, Perawatan di bengkel resmi chevrolet, Bensin, Pajak Maret 2016, Asuransi 2013 Peminat serius Tlp/SMS : 085281303933

Captiva,Colorado,Orlando,ready Stock Bonus menarik hny di Sun Motor Kalimalang Ph.8648515

Captiva/ Orlando/ Colorado Bonus Menarik Hanya di Sun Motor Jl. Panjang No.1 Kebun Jeruk Jakbar Ph. 5321359

CHRYSLER

Jeep Wrangler TJ Th'2000Hitam Full,Orisinil,Collector Item Hub; 0816 855 279.

PAKUBUWONO CARS
*** Wrangler 3.6, Sahara *** 4DR, Red, White, Orange, Black RStock(021)725.1893/725.2333

Wrangler Sport Unlimited (Full Option) Th 2011, Wrn Putih, Jl.Gading Putih Ry Blok SC2 No.9 Klp.Gading/087809000059

Wrangler Sport'10 Hitam km5rb banSrp blmTrn,j.klt 3TV mls Skl sptBr:70555667/0878.87887866

DAIHATSU

All new xenia dp15%angs 2.2jtan ,Terios angs 2.9jtan Luxio angs 2.5jtan, Gran max PU/MB angs 2jtan,prs cpt hub,dealer resmi,R Stock, Kalimalang.....86610202 Depok:7774577,7775477 Tangerang:.......55781260/55781717/ 1490 Sawah besar ..6241010

Luxio D(1.5)'2011 M/T Hitam PjkJuli2013,Tgn1,Km15rb,115Jt ng08174883886/081210578870

FORD

All new Fiesta,Ranger,Escape, pket Ramadhan Tdp 40jt,Prs cpt Ford Pemuda 081315843597 Jaktim 0818824701-83788888

Fiesta Tdp 40jt / 3,3jt. Free Acecoris, Pkt buzz, R.Stck: 082112074040 / 99588489

Ranger DC 4x4 2.9 Dsl '04 silver VR BR CD mls non proyek B DKI 96402666,081380101199 Cinere

HONDA

Accord 100%BrNewMMCCrv bng 0%ang5jtalltypeRstock08121057 6663-99490882-087881350055

Accord 2.4 VTi-AT 2008/09 New Model,Silver 100% Orsinil,Km 10.000,STNK 15/13 Hub.08128 9052196/08158377663

Accord VTiL 2009 Hitam Tgn1 sgt Istw,VR 20,Rp.315Jt (Khs Kredit) Bunga 6,5%. 0811936280

Accord, City, Jazz, Freed Ready Stock Free V.Cool Bunga Rendah, Bisa TT. Hub : 6129999

AYUN JAYA MOTOR BOS
New Civic 1.8 AT England ***Hatchback Grey Metalic*** ***Bursa Otomotif Sunter*** 021-29450737 / 021-45768008 021-34654154 / 021-27236333

Brio 149jt Civic Cty Jazz Freed (Crv*rdy*b.0%/ang 4jtn) Vkool* Honda jatinegara.021-85919898

City Vtec 08 silver met tgn 1 mulus KM rendah. Hubungi 0817.7080.96

City'10,Tipe S bln 9,Tgn 1/Pmilik Abu2Met,Jokklt,manual,H Nego Hub:0811862500/02170729818

Civic 1.8 AT 2007,All New,Silver TV/DVD,mulus,Km rendah. Hub: 0852 8758 8337

CRV 09 Dijual Tgn Pertama Terawat 08119002501 100% Orisinil Hrg 255 Nego

CRV 2.0 A/T black'2009 jok kulit mobil bagus 260 jt hub : 081289437000

CRV 2.0 Matic 2010 Warna Silver Tgn I Km 33000 Hrg.310Jt Nego Hub: 0811 1681464

CRV 2.0 Th'2007 Dark Brown km.45rban,a/n.sendiri,BU, Hub: 081 2831 00805

CRV 2.4 AT Hitam 08.PS8 Auto SPBU TanahKusir Jl. Bintaro Raya 3-5 ph 72895801 / 96992001

CRV 2.4 Th 2009 Bulan.3,Silver Stone,Km.25.000,Bagus Sekali, Service Record. 08588 2222 878

CRV 2.4silvr'08 a.n Sndr,km30rb 255jt:hotel prima Indah,g.sahari ry/19sbrg m2square 0816901537

CRV AT 2005 Tgn Pertama dr baru,Merah maroon/Rp.145jt-Nego.Jaksel.Hub:0818-910-561

Freed '11, Silver, Jk Klt, DVD Player + 2 Monitor, Kc Film 3M, Lgs Pemakai Hub 0818776969

Freed khs Pemakai 2009 tgn 1, A/T putih, jk klt, trwt skli, pribadi. Hp.0813.194.10026

Jazz 2006IDSI,Matic Silverstone Tgn 1, Km 38rb, STNK Agust'13, 124jt.hp081517232316/6292464

Jazz RS A/T 2011 Silver B104RYO, Km 12,000.-------- ---------- 08111920070 ----------

New Civic 1.8cc matic hitam jok kulit berikut bbn hub: 02192113993

New CRV Dp.63 jt/angs:5,9 jt. New Jazz Dp.45jt/angs:3,3jt.Bs TT Ph.70199696/087781117976

Odysey absolute th 2012 hitam km 4000 Pajak bulan:6 full ori hubungi: 0819.3238.2891

ISUZU

Dump Truck FVZ 6x4,FVM 6x2, FRR 4x2,FTR 4x2 box/bax, truck Elf 6/4 ban,Microbus 16/12 seat ,D-max single/double cabin Disc /bunga mnrik Hub: PT.Rahardja Ekalancar 6266370 - 56941588

All NewGiga FRR,FTR,FVR(4x2) FVZdump(6x4),M.bus16/12seat Elf 6/4 Ban,Hdh Lsg/Dis.Mnarik Karabha Perkasa 021-6299318

Giga Thronton fvz34p 285ps(6x4) frr 190ps(4x2)Mb 12/16seat Tsd,panther disc spcl hdh revo. Dgtl camera,bb,notebook,lcd,R. Stk,Kb jeruk 5321260,98336791 Tn abangII:3843333,70464640 Mgg besar:....6240410,6284115 Kalimalang.. 8656979,8651201

Panther Box Turbo thn 2010 bln 02 Dijual Cepat Hubungi.0815. 1098 1177,021-925.61277

KIA

All New: Picanto; Rio; Sportage; Pregio ; Travelo ; Ambulance ; Hadiah lsg GPS. Hub: 790.2858

Picanto'10ATkm15rb,ttnium slv 119jt,vila nusa indh 2 blk Y1/14 Jt.Asih Bekasi : 08988731054

MAZDA

All New Mazda 2, DP Bnga Mrh, Rstok, FrAudio Kit * Trade in. 0251 8322999 / 08998964965

CX7 2010 GT Pth Tdp.160jt/10jt Auto High MG2**open till night 0858222.22266, 08131958.0015

CX9 Th'2009 W.Hitam km.±30rb 100% Spt baru+CX7 2007 Hitam 86907053 / 86907054 Cash/TT

SPECIAL IDUL FITRI
M2-CX7 +CX9+M6+M8+CX5 Ready Stock **** Please Call 89901155/Gum 08121833819

MERCEDES

B 170'08/09 hitam F lift,Km Low,panoramik,jok kulit. Hub: 0811 9207 209

Benz S320 th 2000 w Navy Blue 41000 km Body Kit Brabus,full Opt VR,antik hp 0813.99263333

C 180 Kompressor'03 bln 10 W.Silver kond bgs hrg nego Jl. Margaguna III/59A T.75907317

C 200 CGI Classic Th 2010 Bln.5 Silver,Km.15.000,Bagus Sekali. Hubungi HP: 08588 2222 878

C 300 AVG ' 11 Cpt Mrh TDp. 75jt angs.16jtan tgn I sgt trwt OTO 568 Sunter*081310288603

C200 2008 AVG Htm Har.Kardon C200 2009 Htm TDP.99jt(9,9jt) Auto High MG2**open till night 0858222.22266, 08131958.0015

C200 '2011 Putih km 8rb istmw service record STNK 1th a/n sendiri Rp.530jt:021-98921574

C200 Kompresor'2008 Silver Met,Kondisi Mulus Seperti Baru *70.555.667/ 0878.878.878.66*

CLS 350 AMG,New,atpm,ready Cls 63 AMG,SLK 200/250,SL300 , C180/250 Coupe 08174988979

CLS350 AMG 2012 Htm 100% Baru full specOpt camera H.Kardon 1,7m MatrixAuto 08170002517

E 280 7G Tronic Th'07 Silver, Vcool,Xenon,Lamp,E Seat,Jet washer,Istw,085920017888

E 280'07 Elg, Black on Beige, ATPM Full ori,KM low,S.Record Lseat,Eseat.automega45847429

E220'95 Silver tgn1 km78rb.PS8 Auto SPBU TanahKusir. Bintaro Ry 3-5 ph 72895801 / 96992001

E260 2003 Hitam matic elg.Km 65rb serv rec mulus 287jt nego **** Hub:08118601247 ****

E260 Elg 2005 Slv km50rb asli tgn1 F.ori ban4baru H.339jt TDP 61jt angs.11jt # 08119910800

New E280 Nine Edition Htm,Km sdkt full spec 100% ori 560jt bs krd. :70120909 / 0815 15104000

New GL 500 executive,Km.sdkt ful spec TV3/E.seat 3 b/P8Door J.rugi.:70120909, 081515104000

New SL 350 100%Br Fcelift 2011 New S 350L pk04 full spec,bs TT Rmh/Apart. :70120909-6691102

S 320 L Hitam,Des'2000 Facelift Sunroof, ATPM , Kondisi Baik, Low Km,Hub: 0816 485 0628

S280/AT/2004/hitam, Tgn1, sgt terawat(istw)Hp:08118075397 / 021-29365198-99,Klp Gading

S300 newmdl blck on beige'08 km15rb antik 3TV ATPM H.995jt TDP.177jt ag.33jt 08119910800

MITSUBISHI

All New Mitsubishi Pajero Sport R.stok,Free Vkool,Bunga0%,Hub: 081294460294 - 081398954363

Grandis 2.4 Mivec At '05 Km.30rb Kond Ist Kc dpn V.kool 081386424883

NISSAN

All New Evalia G.livina Juke, March:Nissan Weekend sale special promo,Bg rgn Prs cpt, Tenor s/d 5th, Indomobil 021-3804002

All New Evalia,G.Livina"Ready U/ Mudik"DP=10jtan+Free Acc Hub= 085700690007/92760911

All new g.livina Kb.Jeruk Show room event,dptknpnawarn mnrk ,free ases,Bng Rdh 5362201-03

BUNGA MURAH 1,28%*
Evalia Ready Stok, New G.Liv Hanya ada di Nissan Puri........ Tgl 4-5 Ags'12 Telp.58355870

Elgrand '10/'11 Htm,Camera/ Double Sunroof/2TV/Premium Soundbose/Hub.081315228893

Elgrand HWS th 2007 AT Hitam cat ori, low KM, kond.spt.baru Jak-Sel Kevin 0811 95 75 02

G.Livina DIL Nissan MT Haryono Weekend Sale Paket Krd Bng 1% PlhnHadiahEklusif.Info:8564760

Grand Livina 1,5 XV '07---Lelang Satuan----Harga Limit 100Jt--- Gudang 1 Kntor SMS Finance Cab.Ternate, Jl.Stadion No.6 Gudang 2,Jl.Malikurubu No.50 Hub: 081278832339 Alto Lelang

Grand Livina XV 09 Grey Tangan Pertama Servis Resmi Pajak s/d Juli 13 Ban baru Kondisi Mulus Siap Mudik + cLc Mirror, Hub: 0878.8684.6856, 021-91495757

Juke RX 11/11 warna silver ex-wanita mulus km 8400 Hub: 0822 6001 8889

Livina XR 2008 A/T, 5 seater Abu2 Metalik,Tangan Pertama Dr Baru-Hub : 08990880022

Murano 2,5 hitam th'2011 full ori. tgn ke 1. hubungin sgr : 081310769649 / 02172782222

New Evalia XV 2012, Rabu kmrn deliver, sdh nama 187,5 jt. Hub: 083897420331

Serena AT,HWS'05 Htm, 3LCD, Kamera, VKool,Tgn 1,STNK baru 0818.804455/0816.904410 TP

Serena CT 07 Silver. PS8 Auto SPBU TanahKusir Jl. Bintaro Raya 3-5 ph 72895801 / 96992001

Serena Hitam 08 STNK panjang. Hubungi : 0817.7080.96

X-Trail Th.04 Type ST,A/T,Wrn Hitam,KondisiBagus+Siap Pakai Hrg 147Jt/Ng.Hub:0816974164

SUZUKI

SX4 X-Over 2WD Th'07 Orange Met Body Mls Tgn 1 Tipe C8UH. 130jt Ng Hub.085717487673

X Over RW 415 F AT'2008 Hitam Met,Kond Bgs&Terawat Jual Cepat.Hub: 0811187506

Swift DP 12jt Ready stck,p.wrn Hub: Roby 23628510 * Priyo 80253243 * Rizal 95101016

TOYOTA

AJM MOBIL
RX 270 Ulti Facelift Blck/White Pls Call: 944 82941 / 5422 0555

All Alphard 2.4 All Type**** Alphard G/SC/X Facelift***** Vellfire V/ZG/X Facelift***** Lexus RX 270 Facelift Ready** Landcruiser 4.5 Diesel UK **** C Jmtr 6527788/081389051838

All Alphard X, SC, G HDD**** Vellfire X, ZG, V HDD New**** Alphard & Vellfire "Wel Chair" Lexus "Face Lift RX 270 HK *** We receive ur car in best price Arron'z Auto BOS 02165837777

All New Alphard 2.4 Facelift* All New Vellfire 2.4 Facelift*** All New LC UK 4.5 Facelift **** All New RX 270 Facelift ***** ***Cepat, Lengkap, Murah*** **Auto Graha 7948000/9000** 081807279392 / 081585535355

All New Avanza&Yaris'2012 Dp 5Jt/Bunga 0%,Angs 2,6Jt* 90320501/PinBB:28998D16

AllNew Veloz MT/AT,Inva G MT Dsl,ready lebaran,hrg kss, DP 10% - 5th bsTT: 021-5290.1818

Alph 2010 G18spk*2009 S18spk Alph 2007 AS*2006 ASG & MZG Auto High MG2*081319580015

ALPHARD 2.4 G FACELIFT
*** Vellfire 2.4 V Facelift *** Alphard S-C / Vellfire Z-G 18spk * Vellfire 2.4Z Gold II 18 spk * Harrier 2.4PLP with park sensor Prado 2.7 TX-Ltd, Black + White **** LC 4.6 ZX Bensin ***** * 021-4524448, 021-4505666 * @MOI 45866766 open till night. --- Call Now @ VIP MOTORS ---

Alphard ASG'07/08 hitam,Tgn1 low Km,2tv3cam home Theater bgs 465jt Nego:08190.5180678

AUTO GRAHA 7948000
Alphard X / Vellfire X Facelift* Alphard SC / Vellfire ZG Facelift Lexus RX 270 Facelift ******* LC UK 4.5 Diesel Facelift***** Harrier 2.4 PLP Ori********* Ready Stock.....TDP Mulai 200Jt Harga Paling Murah !!!...***** 081281129686 / 087889500908

AUTO ROYAL PDK INDAH
***** Vellfire /Alphard ***** TDP Rp 280jt angsuran 5,5jt ********* Harrier ********* TDP Rp 280,9jt angsuran 5,5jt Hub: 0878-8201-8008

Alphard S 2010 Hitam 2TV Camera Automan KM 10.000 tangan I Hub:087885694049

Alphard G'010AT(Htm)Prem So und,Istmw,KmAntik JrngPkai Csh/Krdit087878070608(Mala)

Avanza 1.5 S manual 2009 silver tgn 1 STNK April 2013 Hrg 133jt. Hub: 08881357269

Avanza 100%Baru R.Stok!! Cuci gudang Inova Yaris diskon besar Bunga0%.92392971-0817113119

Avanza 2Jtan, New Yaris/Rush/ Innova 3Jtan, DP murah, VKool, R.stock 100% br. 0812 955 1883

Avanza DP.25% ang.3jtn;Rush 4 jtn;Inova4jtn;Yaris3jtn;Fortuner 7jtan,Mdh&Cpt* 021 -47868686

Avanza G 2008/2009 Manual Sil ver,Mulus, Tangan I, Km.16.000, Hrg.132jt :021 36005820 (TP)

Avanza G M/T '11 Bln 8 Silver, Tgn I dr Br,KM:15Rb,F.Ors 99%, BU140Jt Nego. 0857-1826-8915

AYUN JAYA MOTOR BOS
Alphard SC,G Facelift 2012 B/W Vellfire ZG,V facelift 2012 B/W *Lexus RX 270 Ultimate B/W* ***Bursa Otomotif Sunter*** 021-29450737 / 021-45768008 021-34654154 / 021-27236333

Camry 2.4V Hitam,Km 50rb,Thn 2010/2009,Serv.Rec,Jrg Pk, Lampu Xenon.Hb:081510422299

Camry 2.4V,A/T,Silver Met '10 STNK 04'2011,km.7rb,Jl.Limau No.36 keb.Baru:081280746565

Camry V 3.0 Th'2003 Akhir AT Hitam Mulus,Mesin Prima,Tgn I Serv Rec Toyota.081807467243

Fortuner 2.7G Lux AT '10 silver met,sgt trwt,tgn1,full option, Ph.087774587774

Fortuner T 2.5G'10 matic hitam diesel an sndiri F kab. 08128104618/082123864268

Fortuner TRD A/T Dsl 10/11 STNK Jan'11 Slvr Tg I drbr,Km 27 rb BU:350Jt Ng:085718268915

Harrier 2.4 Lprem 2010 Putih Full Ors Spt Baru, TT/Krdt Hub: CS Auto 0812 108 1828

HARRIER 2.4 TH 09
**Putih Heater km 40rb tgn 1* Str 021-6525678/Kgd 45853188

Harrier 2007 L-Prem Htm,Slvr Auto High MG2**open till night 0858222.22266, 08131958.0015

Innova & Avanza Gebyar Diskon Ramadhan,Daptkan Diskon khusus utk Pembelian pd tgl 4 dan 5 Agustus'2012 Hub: 41204972 - 08170961828 - 41204970

Innova G , Manual, Pajak 2011, Bensin,Silver Metalik,Asuransi 203jt, 0815.8979444 /92992972

Innova G A/T 08 Bensin, Silver, Stnk Bln 3,Tgn 1,Kondisi Bagus BU Hari ini.Hub:0813 1924 4350

Innova G Matic,Th'06 STNK Bln 4+Asuransi Oris,Hub:0818 77 8335, Cengkareng Jak-Bar

Innova G Matic'2010 Tgnl STNK Baru Abu² Met Kondisi Prima KM.29Rb Hub:0813.1609.9898

Innova Type G A/T Th'2010 Grey Mica,tgn1,Kondisibagus,Km38rb 215jt Nego.Hub: 0818781088

Inova E 2005 Light Green Tgn 1 Km 75rb STNK Baru Hrg 125Jt Hub 081316023477

JAKARTA AUTO BEST
* All New Alphard X, S, SC, G** ** All New Vellfire X, Z, ZG, V* **** Lexus RX 270 Facelift *** **** Land Cruiser 4.6 ZX **** **** Range Rover Evoque *** 081280979489 / 02172782222

JAVA AUTO 3483 0202
*** LC UK 4.5 Diesel 3-TV *** *** Ready Stock !!! Black *** *Harga Miring / Pasti Murah* 087882970274 / 081281111737

JAVA AUTO 3483 0202
Alphard 2.4/Vellfire 2.4 Facelift *Harrier 2.4 / RX 270 Facelift* Prado TXL 2.7 / Evoque Dynmic Tdp mulai 250jtan/Angsrn 7jtan *** Mudah, Cepat, Flexible *** 081510377455 / 08176333146

Kijang Innova E M/T '05-Lelang Satuan---Harga Limit 105Jt----- Gudang 1 Kntor SMS Finance Cab.Ternate, Jl.Stadion No.6 Gudang 2,Jl.Malikurubu No.50 Hub: 081278832339 Alto Lelang

Kijang Innova'10,Tipe G Luxury, Tgn 1,A/T Abu² Metalik, jk klt, trwt skli. Hp.0813.194.10026

Kijang LGX 2002 mdl2004 diesel silver.Pjk pjg.Full ssystem.115Jt ngo.0811888823,081517356769

Kijang LSX DIESEL 1997 kondisi mulus warna hijaumetalik harga Rp95jt. Hub: ELY 087771599246

L.Cruiser Diesel Th'02 VX100 Hitam Sgt Antik+97 Champagne Mnl 86907053 / 86907054 C/TT

Land cruiser diesel th 2011 putih km 1000 langsung nama Hub :081807258885/02172782222

PAKUBUWONO CARS
*Lexus LX 470, 2002. Hitam....... *LC 4.5 Diesel UK,2010,Hitam... *LC ZX, Km.1800, 2010, Hitam.. *LC 200 Bensin, 2008, Hitam..... *Prado 2.7 TX-L. Hitam'2011..... Call : (021)725.1893 / 725.2333

LC 200 4.7cc ATF08 Htm 100% Original FullSpec3Camera Eseat H.1,075M Hub:0817 000 2517

LC UK Diesel '2012 Hitam Full Option,km.1000(Spt baru) Istw 86907053 / 86907054 Cash/TT

Lexus LX 4.7 Bensin '04 AT Htm Km54Rb Serv Rec Tgnl Whole Tc Mg.2Hp:08129708899-68350099

Lexus RX 270 Ultimate Th'2011 Putih Tgnl Whole Tc Mangga 2 Lt.7 D.26-27 Ph.70458685

Lexus RX 270* / RX 350 black & white TDP 454jt angsuran 6jt* Autoroyal PI : 0812-1857-1000

New Vellfire Z th'2012 putih 2tv, 1camera. Harga Rp.750jt. hub: 081932382891

PAKUBUWONO CARS
*LC 4.5 Diesel UK Facelift......... *FT 86 GT Limited, White.......... *Vellfire 2.4 ZG &Alphard 2.4SC *Lexus RX 270 Facelift .... R.Stock (021)7251893/7252333

Prado 4WD 2.7 A/T Th 07 Hitam, Vcool, Xenon Tv, Camera, Sun Roof, 0859 2001 7888

Prado TXL 4x4 2006 Hitam,Tgn I Full Option pajak panjang TDP. 127jt ang.10,9jt Hub:68060097

PREMIUM MOTOR
RX 270 Facelift - Black & White .... Plus Bonus Khusus .... Call : 021 - 651 5000 ....

PROMO LEBARAN
FT GT Limited Modellista-------- Prado 2.7 TX-L -------------------- LC 4.5 UK Diesel------------------ Harrier 2.4 PLP ------------------- FJ Cruiser 4.0--------------------- ----Bunga 0%,Terminal Motor---- PI7225222,KG4511111,4520000

RHYS AUTO GALLERY
Alphard,Velf,FJ Cruiser,Harrier R.stock 7201890/087777707763 0815.1372.6696/0856.161.233

SANNY AUTO GALLERY
*GT 86 Coupe,RX 270 Facelift ***New Alphard X,S,SC,G*** ***New Vellfire X,Z,ZG,V*** *****Prado TX,TXL,DVD***** **Landcruiser UK,FJ Cruiser** Str 021-6525678/Kgd 45853188

SIMPRUG CBU CENTER
--Lexus CBU & All Toyota CBU-- -----Best Price & Bergaransi---- -----Kredit & Tukar Tambah------ Surat Surat Terjamin -- Service, S.Part, Body Repair 722.6383/ 739.4543/ 726.4024/ 727.99999

Vellfire Z Platinum 2011, Km 8000, grey,audio life,sgt bgs harga nego Hub.9936.8478

Vellfire Z'010&'11(A.Less)Putih Km5Rb,Nopil,Istmw,S'Pkai.Dp. 100Jt/Angs10Jt :0812 8344323

Vios New11 Htm pjk pjg Km 30rb kondisi bagus serius hub 08157609906

VW

Polo 2012. a/t.DSG 7-speed European Car of the year 2010. **Just 233jt (off-the-road)** *Test Drive Get special Price* Call Tajuddin : 085691587728

Polo 2012. DSG 7-speed.5-hatch back.Car of the year 2010. Just 233jt(off-the-road) white,silver red.testdrive.Bayu08174877748

The new Golf TSI. 2012. **160hp. Best hatchback.** 7-airbag,7-speed DSG-Triptonic. Child seat.1:16.6, Best price. Call Hendy: 087 88 12 01988

THE NEW TOURAN 2012
1.4 TSI twincharger. 140hp. *Best buy target car 2012* Test Drive.Jimmy081905511914

THE NEW TOURAN TSI
DSG 7-speed Triptonic, Flexible 7seater.newheadlight&tailights design. 390jt (off-the-road). Best price. Galih: 081210480279

The new Caravelle,2.0 I BiTDI.7-speed dsg.child seat.car theatre EBV.ESP.ABS.newLED bi-xenon Headlight.Topik: 08176052693

Golf TSI = More Power + Less Fuel

VW MT.Haryono: 021-8191588

Golf TSI 2012. 7-speed DSG A/T 7airbags.16,6km/l, 1.4, Rp.319jt (off-the-road).Ready stock.Test drive.Call Dimas 0878.78741975

MOBIL DISEWAKAN

Inv, apv, avn,rush.mli 250rb+spr pkt lbrn.AmanahRent:79182524 -80874660-91266882-71046747

MOTOR DIJUAL

Ducati ST3 Merah Th.07 STNK+ BPKB Km13rb Kond Mls Knalpot Termignogni 081286125558

PROPERTI

INDEKOST

Kost di Sawah Besar, AC/Non AChanya 3 kamar besar,nyaman & bersih.Hub:0811869925

Kost Ikp AC TV Km dlm Frnshed asriP'luascucigskjl.MinyakRy10 kduren3pncrnjks081384295629

APARTEMEN

DIJUAL

Centro City Apart Daan Mogot Dijual cepat !!Studio 26,5 m2, furnish siap huni, Disc. Rp 70 Jt dari Hrg pasaran. Hanya ada 2 unit. Hub: owner 0816871424

CENTURY21 MEDITERANIA
Central Park,lt.39/lb.49m;1,3M Green Bay Pluit;Lt.8/Lb.21m, 230jt;Marina Ancol,Lt.17,V'laut CBD Pluit 3KT;Lt.19;Hrg 1,45M Jual Cpt;Roos.0815.9800.901

Cityhome,F.Walk,GdgResort,Klp Gading (MOI)*RayWhiteSquare *** Hendra 0818 957 606 ***

Citylofts lt 28 Lb49m², View sgt bgs,Lt Penthouse,U/kntr,siap pkai,bonafit,Kmr mndi modern, Desain modern,Siapa cpt dia dapat Hrg hanya 1,2M.Hub Widyawati 081908990103

Green Lake View, @ 125Jt-an, Bunga0% Angs 2Jt-an,dkt 4 Univ & Pdk Indah,Psn Skrg Hrg Akan Naik.Hub: 94242445, 94763193

Hamptons 82m²FF2KT+1,V'Pool Sewa lb.58m²2BR,FF,2KT * ERA Graha 765.3888 / 0816.7676.56

Kalibata City Aprt Blok.F 19CG, 2KT&kmd,RT,SmFurnis,hrg nego Hub.EdySuyanto 0852167 67662 -081511927936(Maaf TP)

KALIBATA CITY TOWER A
Akasia Lt18 BA huk 2view 2kt, 1km,300jt,jksel.021.91256396

KemangVillage, Twr The Ritz 2+1BR ,lt tengah,privatlift jual cepat. ZawaPro 087788553357

Mall Of Indonesia (MOI) Apt Dijual Cpt,Klp Gading;RayWhite Square*Posma 0878 0878 9040

Mgr Tj.drn 1Kt350 jt-an,2Kt 480 jt-an,3Kt 950jt-an,sewa: 1/2/3 KT:hr/bln/thnan :081213761762

Signature Park,Jl.MT Haryono Tebet, Studio, Lt.25 Hdp Timur hp 08127026858, 081310589599

The Mansion Apt. at Kemang, new mwh,fas.lgkp,87m2,1BR,FF Jual cpt BU. 081388178909 (TP)

The Pakubuwono Residence Di jual,AptLuxury,good Invest Best price, Hub : 0821 2050 0801

The Pakubuwono View Dijual. Good Invest, Best Price Hub: ***** 0812 8500 4253 *****

The Summit Apt Klp Gdg,2 unit Jd 1,F.renov,F.Int,F.Furnish,5+2 br,good cndition. 081905633517

TheLavande Tebet 1BR,FF,33m² net,view bgs,Lt.20 BU,hrg dasar 021-2946 2229 / 0811 903 158

DISEWAKAN

CENTURY21 MEDITERANIA
Central Park;Lt.39/Lb.49m;FF 92jt/th;Paladian Lt.25/Lb.86m Semi furn;Roos.0815.9800.801

Istana Harmoni Apt,luas 194m² Suite Level, Luxurious, Fully Furnish . Hub: 0811972155

Mediterania Blvd 2KT,1KM,AC, tempat tidur,lemari,kulkas, sofa. 35jt/th nego. Yuli/Indah 081802100916, 082112334567

Pavilion Apt Twr 1,Lt.Rendah, Furnish,View Pool,min 1th,Hrg Nego.Hub: 0815 885 6875

Thamrin Exct, lantai 5 BB, 1br, Full Furnished, ac, good view Hp.081310096170 /0811987206

The Summit Apt Klp Gdg,2 unit Jd 1,F.renov,F.Int,F.Furnish,5+2 br,good cndition. 081905633517

RUMAH DIJUAL

BODETABEK

Alam Sutera, Sutera Palma, LT/ LB: 240/208, utara, 4+1 kt, 3+1 km, baru, 2 lantai, 3.45 M Nego 08161908171, 02192997871

Batu Ceper Raya Jakpus,Dijual rumah,hub:Yanti 085263015870 ,Teddy 081288720080

BSD VMlatimas JL Helkonia IV blok H2 T180B105 3+1Kt 2+1Km Grs 2 mbl SHM 081316685670

CENTURY21 MEDITERANIA
Paramount Gading Srpong Clust Lavender;Lt.136;Lb.108;2lt;3Km 3Kt;Roos*0815.9800.801*

Cibubur Residence E1/29 Jual Rmh Lux.2,5 Lt. Lb 150 Lt 90. 5Km.3kmd Hrg 900 Jt. Hb. 081381998410,087770540651

Ciherang Puncak, Di kampung, Dijual Rumah Baru, Indah, 4KT, 2KM, 2DPR, 2Tingkat, ada jalan untuk mobil, garasi. Rp. 400 jt. Peminat Serius Hubungi : 085695051237

SUDOKU

Sudoku terdiri dari 9x9 kotak yang dibagi dalam 3x3 kotak kecil (sel) yang disebut area.
Tujuan permainan Sudoku adalah mengisi sel-sel kosong dengan angka antara 1-9 (setiap sel hanya 1 angka)
- Angka hanya dapat muncul sekali dalam setiap baris.
- Angka hanya dapat muncul sekali dalam setiap kolom.
- Angka hanya dapat muncul sekali dalam setiap area.

Conceptis SudoKu By Dave Green

							1	
	8		4		3			7
5		1		9				
					8			
3	6						5	1
			7					
				6		4		8
9			5		2		6	
	4							

Difficulty Level ★★★★★

©2012 Conceptis Puzzles, Dist. by King Features Syndicate, Inc.

Jawaban edisi sebelumnya

4	5	8	3	9	1	7	6	2
1	7	9	2	8	6	4	5	3
2	3	6	5	4	7	8	1	9
7	6	4	9	2	8	5	3	1
8	9	1	7	3	5	2	4	6
3	2	5	6	1	4	9	8	7
9	1	7	8	5	3	6	2	4
5	4	2	1	6	9	3	7	8
6	8	3	4	7	2	1	9	5

Difficulty Level ★★★★

A Licensing Programme of KFS www.rmlicensing.com

PASANG IKLAN DI KLASIKA

Faksimil
(021) 536 99086/87

Hubungi kami
2567 6000-2567 6076

Internet
www.pasangiklan.com

Kirim SMS
0812 843 8888

1. Registrasi
REG:nama lengkap:no tlp rmh/kantor

2. Teks Iklan
ADV:teks iklan baris

minimum: 96 karakter = 3 baris
maksimum. 128 karakter = 4 baris

Tarif

	Nusantara	Batavia
Baris (Min 3 brs, maks 12 brs)	55.000/baris	45.000/baris
Satu kolom (min 20 mm, maks 150 mm)	58.500/mmk	50.000/mmk
Display Klasika		
BW (min 40 mmk)	58.500/mmk	50.000/mmk
FC (min 600 mmk)	90.000/mmk	75.000/mmk

*) tarif yang tercantum belum termasuk PPN

I. KETENTUAN PENULISAN IKLAN MINI

1. Awal kalimat pada baris pertama iklan baris :
a. tidak mengandung symbol atau karakter khusus
b. tidak mengandung angka kecuali untuk iklan baris dibawah KOP TELEPON dan KOP Mobil dijual (type mobil)
c. tidak mengandung huruf yang 'tidak' memberikan arti pada teks iklan
2. Karakter spasi berderet lebih dari satu hanya akan dipakai satu saja.
3. Karakter yang tidak boleh digunakan dalam teks adalah \ dan < >
4. Penggunaan rangkaian huruf besar hanya diperkenankan untuk pengetikkan singkatan umum (C/ PLN, BUMN, PAM, TOEFL, ELTL dll) dan merek.

II. Ketentuan Pemuatan

1. Bagian Iklan Kompas berhak menolak atau menunda pemasangan iklan apabila materi yang diberikan tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku di bagian Iklan Kompas.
2. Pengajuan komplain dilakukan tidak lebih dari 3 hari setelah tanggal iklan dimuat.
3. Pemuatan Iklan Ralat atau pengulangan iklan yang tak termuat tidak melebihi 7 hari kerja terhitung dari tanggal muat awal.

III. Pembayaran

Bank BCA
Cabang BCA Gajah Mada
No.rek : 012.3009409
a/n : Kompas Media Nusantara

Bank Mandiri
Pembayaran via ATM Mandiri, SMS Banking, Internet Banking, dan Call Mandiri

Seluruh staf Iklan Kompas tidak melayani transaksi barang/jasa yang diiklankan.

*Wren menangis lagi.
- Lagi? Apa dia menyakiti dirinya sendiri?

* Tidak.
- dia ketakutan?
* Tidak.
- Dia lapar?
* Tidak.
- Dia capek?

* Tidak.
- Dia butuh popok baru?
* Tidak.

- Kalau begitu, temani dia dan hiburlah dengan kata-kata penyemangat.

* bersikaplah layaknya laki-laki, Wren.

REPRESENTASI GLAMOR

PENAMPILAN perempuan tak bisa dilepaskan dari perhiasan. Aksesori cantik ini tidak hanya mengisi fungsi utamanya sebagai pelengkap penampilan, tetapi juga menjelma sebagai koleksi berharga.

Lantas, bagaimana bila ada sebuah benda yang mampu merangkap fungsinya sebagai perhiasan sekaligus sebagai penunjuk waktu yang presisi? Wah, tentu ia akan cepat mencuri atensi pencinta fesyen yang didominasi kaum Hawa.

Di sinilah pesona arloji Teiwe Beauty (dibaca: te-wi) menjadi unggulan. Dirancang cermat dengan teknik pembuatan jam tangan yang halus dari Swiss, Teiwe Beauty menjadi salah satu koleksi andalan label ternama ini.

Berciri khas desain klasik elegan dan glamor, aksentuasinya terpancar jelas dari paduan *leather strap* dan bingkai *stainless steel* dengan deretan batu kristal Swarovski. Pendar mewah nan glamor turut hadir dalam rupa taburan 12 butir berlian asli Afrika Selatan besertifikat seberat 0,1 karat pada *dial plate*.

TW3007DS-M1

Kemudian bicara soal ketangguhan, Teiwe Beauty punya ketangguhan dari *coating glass* dan fitur *water resistant* 3 ATM. Selain itu, sebagai pilihan bergaya, jam bermesin Quartz movement ini mempunyai varian warna *red wine, white,* dan *black croco* sesuai selera Anda. [AJG]

TOTAL RECALL
GI/SCP: 12:00 13:00 14:30 15:30 17:00 19:00 19:30 20:30 22:00
PP: 12:00 13:00 14:30 15:30 17:00 18:00 19:30 20:30 22:00
MOI: 13:45 16:15 18:45 21:15
TK: 12:00 13:00 14:30 15:30 17:00 18:00 19:30 20:30 22:00
CP: 12:00 13:15 14:30 15:45 17:00 18:15 19:30 20:45 22:00
PP VELVET: 14:00 16:30 19:00 21:30
MOI VELVET: 13:15 15:45 18:15 20:45
CP VELVET: 12:45 15:30 18:30 21:15

JATT & JULIET
GI: 12:15 15:15 18:15 21:15

CARNAGE
GI: 14:45 17:00 19:15 21:30
PP: 16:00 18:00 22:00
MOI: 13:15 15:15 19:15 21:15
TK: 12:00 14:30 16:30 19:00
CP: 13:30 15:30 19:30 21:30
BCP: 12:30 14:45 19:15 21:30

THE THREE STOOGES
GI: 12:45 15:00 17:15 19:30 21:45
PP/TK: 12:30 14:45 17:00 19:15 21:30
MOI: 15:00 17:00 19:00
CP: 13:00 17:00 21:00
BCP: 13:00 15:00 17:00 19:00 21:00

PARANORMAL XPERIENCE
GI: 12:30 16:45 21:15
MOI: 18:15
TK: 12:15 21:15
CP: 17:30 20:45
BCP: 12:00 17:00 21:15
MOI 3D: 13:00
CP 3D: 15:00

THE DARK KNIGHT RISES
GI: 12:00 13:30 14:20 15:20 16:50 17:40 18:40 20:10 21:00 22:00
PP: 12:00 13:00 15:20 16:20 18:40 19:40 22:00
MOI: 12:00 13:15 14:20 15:20 16:35 17:40 18:40 19:55 21:00 22:00
TK: 12:00 13:00 14:15 15:20 16:20 17:35 18:40 19:40 20:55 22:00
CP: 12:00 13:20 15:20 16:50 18:40 20:10 22:00
BCP: 12:00 13:00 14:15 15:20 16:20 17:35 18:40 19:45 20:55 22:00
PP VELVET: 14:00 17:30 20:40
MOI DINING: 12:40 16:00 19:20
CP VELVET: 13:30 16:50 20:10

AMAZING SPIDERMAN
GI: 12:30 15:30 18:30 21:15
MOI: 21:00
TK: 12:00 15:00 18:00 21:00
CP: 15:15
BCP: 12:15 15:15 18:15

[D] HINDI / DRAMA
COCKTAIL
MOI: 15:15 21:00

ICE AGE 4 CONTINENTAL DRIFT
GI: 12:30 14:30 17:00 19:00 21:00
PP: 12:00 14:00 20:00
MOI: 13:00 15:00 17:00 19:00 21:00
TK: 12:30 14:30 16:30 18:30 20:30
CP: 13:15 15:15 17:15 19:15 21:15
BCP: 12:15 14:30 16:45 19:00 21:15

SILENT HOUSE
GI: 13:15 14:30 19:00
MOI: 17:15
CP: 19:00

[D] THAI / HORROR
I MISS U
MOI: 12:45
CP: 12:30 18:00

Enjoy various bank promotions for movie tickets. More info : www.blitzmegaplex.com or call 021 235 80 200

KOMPAS TV
03.30 Islam is Me
04.00 Islam Nusantara
04.30 Ramadhan Mat Jo
05.00 Kompas Pagi Akhir Pekan
07.00 Sid the Science Kid
07.30 Dinosaur Train
08.00 Jalan Sesama
08.30 Wild Detective
09.00 Orangutan Diaries
09.30 Deadly 60
10.00 Aku Ingin Tau
10.30 Buatan Sendiri
11.00 Newstar
11.30 World of Wayang
12.00 Kompas Siang
13.00 Pelangi Indonesia
13.30 CS File
14.00 Komedi Ramadhan
14.30 Klik! Arbain Rambey
15.00 Sebuah Nama Sebuah Cerita
16.00 Kompas Petang
17.00 Indonesia Harus Buka
18.30 Komedi Ramadhan
19.00 Versus
20.00 Fanatik
21.30 Elephant Diary
22.00 Ekspedisi Cincin Api
23.00 Kompas Malam
23.30 Kompas Sport
24.00 Showcase

TVRI
05.00 Kitab Kuning
06.00 Warta Pagi
07.00 Pelangi Nusantara
08.30 PGI
09.00 Warta Terkini
09.03 Mari Menggambar
09.30 Cita
10.00 Warta Terkini
10.03 Pulsa Musik
11.00 Warta Terkini
11.03 Kuis Nusantara Ceria
12.00 Warta Siang
13.00 TV Edukasi
14.00 Warta Terkini
14.03 Salam dari Desa
15.00 Warta terkini
15.03 tangga Nada
16.00 Warta Terkini
16.03 Antar Gelanggang
17.00 Kaki Langit
18.00 English News Services
18.30 Yang Berkarya
19.00 Warta Malam - Warta Dunia
20.30 Minggung Malam Bersama Slamet Rahardjo
22.00 Warta Terkini
22.03 Ring TVRI
23.30 Campursari MPR
01.00 FTV

RCTI
03.30 Olympic 2012 – London Football Perempat Final 1
05.00 Olympic 2012 – London Football Perempat Final 2
06.30 Disney Club Mickey Mouse and Friends
07.00 Ngeles Bareng Nizam
07.30 Crayon Sinchan
08.00 Doraemon
08.30 Dahsyat Weekend
11.00 Intens
12.00 Seputar Indonesia Siang
12.30 Penyegaran Rohani Agama Kristen
13.00 Disney Movies: Dadnapped
15.00 Seputar Indonesia
15.30 Layar Drama Indonesia: Olga Pengen Insyaf
16.30 Masterchef Indonesia Season 2
17.30 Gelap Terang
18.00 Lanjutan Masterchef Indonesia Season 2
19.00 Layar Drama Indonesia: Yang Masih di Bawah Umur
20.15 Layar Drama Indonesia: Tukang Bubur Naik Haji the Series
23.00 Herbalife World Football Challenge 2012: AC Milan VS Olympiakos
01.00 International Friendly Match: Juventus VS

ANTV
03.00 Sahur Bareng Mamah, Ustadz Yusuf Mansur
04.30 Nada dan Doa Mustajab
05.00 Topik Pagi
05.30 Lensa Olahraga
06.30 Mamah Dedeh Keliling Masjid
07.30 Tom & Jerry
08.00 Tom & Jerry
08.30 Dodos World
09.00 Dodos World
09.30 New Chota Bheem
10.00 Properties In Harmony-Minggu
10.30 Foody With Rudy
11.00 Petualang Zeta
11.30 Topik Siang
12.00 KLIK!
13.00 Tom & Jerry
13.30 Little Khrisna
14.00 Tom & Jerry
14.30 Kampiun Sepakbola Nasional
15.00 Total Football
15.30 Topik Petang
16.00 Mantap Ngabuburit
17.00 Pesbukers
19.00 Go Go Chibi !
20.00 Boys Before Flower
21.00 Tabligh Akbar Bersama Ustadz Yusuf Mansur
22.30 Sinema Aksi: Ricky Oh
00.30 Topik Malam

SCTV
05.00 SL Liputan 6 Pagi
06.00 Status Selebriti
07.00 SL SCTV Musik Inbox
09.00 Hot Shot
10.00 SCTV FTV Pagi: Bajaj Pasti Berlalu
11.59 Mutiara Hati Quraish Shihab (Dzuhur)
12.00 SL Liputan 6 Siang
12.30 SCTV FTV Siang: Neng Bukan Putri
14.30 SCTV FTV Sore: Salsa & Karate
15.30 Mutiara Hati Quraish Shihab (Ashar)
16.00 SL Liputan 6 Petang
16.30 SM*SH Ngabuburit Season 2
17.30 SL Telekuis Sosro
17.33 Mengetuk Pintu Hati
18.00 SCTV Sinetron Ramadhan: Para Pencari Tuhan Jilid 6
19.30 SCTV Sinetron: Putih Abu Abu
21.00 SCTV Sinetron: Insya Allah Ada Jalan
22.00 SCTV Sinetron: Si Biang Kerok
23.30 SCTV FTV Utama: 7 Hari Tanpa Cinta

MNCTV
04.30 Paket Imsakiyah + Tuan Abu dan Bung Nawas
04.45 Lanjutan Omar (Umar bin Khattab)
05.00 Animasi Ramadhan: Animal Stories From Quran
05.30 Lintas Pagi
06.00 Bimbingan Rohani: Kristen Protestan
06.30 Pelesir
07.00 Disney Club: Handy Manny
07.30 Serial Pilihan: Gelang Baja Ajaib
09.00 Kisah Unggulan: Ronaldowati
10.30 Grebek Nusantara
11.30 Mata Pancing
12.00 Layar Kemilau: Ayah Kembalikan Tanganku
13.30 Sik Asyik Ramadhan
14.45 Inspirasi Sore
15.15 Upin Ipin Berbuka Puasa
15.45 Animasi Spesial: Shaun The Sheep
16.15 Animasi Spesial: Chaplin and Co
16.50 Si Alif
17.45 Paket Berbuka + Anak Soleh + Mutiara Ramadhan
18.00 Tendangan Si Madun Season 2
19.00 Aladdin
20.00 Dewi Bintari
21.00 Raden Kian Santang
22.00 Dia Ayu
23.00 Big Show Dahsyat Ketawa Ketiwi
00.58 MNCTV Pahlawan Indonesia
00.30 Untaian Kisah Ramadhan

INDOSIAR
05.00 Pintu Pintu Syurga
06.00 Chivalrous Legend
06.30 Power Rangers Samurai
07.00 Ultraman Mebius
07.30 Dufan The Defender
08.00 Bakugan Battle Brawlers Gundalian Invaders
08.30 Scan 2GO
09.00 Dragon Ball Z Kai
09.30 Inazuma Eleven
10.00 Ben10 Ultimate Alien
10.30 Jack & Marcell
11.00 Salam Genre
12.00 Darling (Dangdut Ria Keliling)
12.30 Live: Curhat Akbar
14.30 Live Kiss Sore
15.00 Live Fokus
15.30 Sinema TV Unggulan
17.30 Rangkaian Jalan Hikmah: Solmed + Aprilia
18.00 Sinetron Unggulan Ramadhan: Sembilan Wali
20.00 Sinetron Unggulan: Tutur Tinular Versi 2011
22.00 BBM Show
23.30 Mega Asia Minggu: Sophie's Revenge
01.30 Jelajah Masjid 2012

METRO TV
03.05 Tafsir Al Mishbah
04.05 Sukses Syariah
04.30 Inspirasi Ramadhan
05.05 Metro Pagi
03.30 Talk Indonesia
07.05 Jalan Jalan Asyik
07.30 Agung Sedayu Group
08.05 Menu and Venue
09.05 Ceria Bersama Keluarga
09.30 Agung Sedayu Group
10.05 Lets Colour
10.30 Secret of Life
11.05 Sudut Pandang
12.05 Metro Siang
13.05 12 Pas
13.30 Tren Tekno
14.05 Meraih Akses Menggapai Dunia
14.30 Kick Andy
15.30 Tren Tekno
16.05 Ensiklopedia Islam
16.30 Java Overland
16.35 Oase Ramadhan
18.05 Metro Hari Ini
18.30 Metro This Week
19.05 Mario Teguh The Golden Ways
20.30 Just Alvin
21.30 Musik +
22.30 Documentary Hours
23.30 Metro Sport
00.05 Metro Malam

TRANS 7
02.30 OVJ Sahurnya Indonesia
04.30 Khalifah
05.00 Karimah
05.30 Casper
06.00 Sport7 Akhir Pekan
06.30 REDAKSI PAGI
07.00 Hip Hop
07.30 Selebrita Pagi On The Weekend
08.00 Gak Nyangka
08.30 Let's Go
09.00 Makan Besar
09.30 Anak Anak Merah Putih
10.00 Wollipop
10.30 Weekend Spotlite
11.00 RAN
11.30 REDAKSI SIANG AKHIR PEKAN
12.00 Selebrita On The Weekend
12.30 Galeri Sepakbola Indonesia Minggu
13.15 One Stop Football On Sunday
14.00 Highlights MotoGP
14.30 Mancing Mania Survival
15.00 Sing N Run
15.30 Indonesiaku
16.00 Kain Ihrom
16.30 REDAKSI SORE
17.00 Bukber
18.15 Raja Gombal
19.15 Ketok Palu
20.15 Hitam Putih On The Weekend
21.15 Pas Mantab
23.00 Mister Tukul
00.00 Theater7 Malam – Terminal Invasion

GLOBAL TV
04.30 1001 Malam
05.00 Tuff Puppy
05.30 Planet Sheen
06.00 Spongebob Squarepants
08.00 Big Movies Lolipop: Ant Bully
10.30 Cerita di Balik Noda
11.00 Fun Teenlicious
11.30 Buletin Indonesia Siang
12.00 Indonesia Bicara
13.00 Untung Ada Sule
14.00 Dug Dug Dor
14.30 Sketsa Tawa
15.00 100% Ampuh
16.30 Fokus Selebriti
17.00 Spongebob Squarepants
17.30 Kultum
18.00 Spongebob Squarepants
18.30 Boboi Boy
19.00 K-Pop
20.00 Big Movies I: Taxi 4
22.30 Big Movies II: Dare Devil
00.30 Big Movies Dini Hari: Confession of an Action Hero

TRANS TV
02.30 Waktunya Kita Sahur
04.30 Reportase Pagi
05.30 Islam Itu Indah
06.30 Insert Pagi
07.30 Rival
08.00 Buah Hati
08.30 Ceriwis
09.45 Ala Chef
10.30 Celebrity on Vacation
11.30 Insert Siang
12.00 Gaul Bareng Bule
12.30 Ngulik
13.00 Bingkai Berita
14.00 Insert Invetigasi
14.45 Reportase Investigasi
15.15 Sketsa
16.15 Showimah
17.00 Ngabuburit
18.30 Jika Aku Menjadi Ramadhan
19.30 Super Trap
20.30 Ohh.. Ternyata
21.30 Bioskop TRANS TV: Miami Vice
23.30 Bioskop TRANS TV: Star Trek: Nemesis

TV ONE
02.00 Radio Show Sahur (Live)
04.30 Kabar Pagi
06.30 Apa Kabar Indonesia Pagi
09.00 Selera Asal
09.30 Tinju Legendaris
10.30 Soccer One
11.00 Hot Sport
12.00 Kabar Siang
13.30 Warisan Dunia
14.30 Ujung Negeri
15.00 Datang dari Hati
15.30 Tabliq Akbar (live)
17.00 Kabar Petang
19.00 Indonesia Lawyers Club
21.00 Apa Kabar Indonesia Malam
22.00 Kabar Malam
23.00 Radio Road Show

B CHANNEL
05.00 Mickey
05.30 The Adventures Of Hello Kitty & Friends
06.00 Animasi Spektakuler: Kungfoot
06.30 Animasi Spektakuler: Dino Dan
07.00 Animasi Spektakuler: Jungle Beat
07.30 Animasi Spektakuler: Dibidogs
08.00 Animasi Spektakuler: Marsupilami
08.30 Kejutan Koki
09.00 Karena Aku Wanita
09.30 Trekker
10.00 Sang Juara
10.30 Inspirasi Selebriti
11.00 Galeri Weekend
11.30 Semangat Hidup
12.00 Panorama
13.00 Animasi Spektakuler: Pingu
13.30 Mum, I'm The Chef
14.00 Seriously Funny Kids
14.30 Animasi Spektakuler: My Friend Grompf
15.00 Lolipop
15.30 Aku Ingin
16.00 Masa Sih
16.30 Postman Pat
17.00 Animasi Spektakuler: Shaun The Sheep
17.45 Cahaya Ilahi Berbuka
18.00 Animasi Spektakuler: Timmy Time
18.30 Animasi Spektakuler: Timmy Time
19.00 Best Talent Shows: MasterChef Australia 2
20.00 Mas Kulin
21.00 The X Factor (Series 1)
22.00 Extreme
23.00 Panorama

Acara dapat diubah oleh pengasuh televisi.

• INFO FILM BIOSKOP LENGKAP DAN JAM MAIN BIOSKOP KLIK • www.21cineplex.com •

COLIN FARRELL KATE BECKINSALE
JESSICA BIEL
TOTAL RECALL
IS IT REAL IS IT RECALL

The Premiere
PLAZA SENAYAN XXI PREMIERE • SENAYAN CITY XXI PREMIERE • EMPORIUM PLUIT XXI PREMIERE • PURI XXI PREMIERE • GANDARIA XXI PREMIERE • GADING XXI PREMIERE • LIVING WORLD XXI PREMIERE
12.15 - 14.35 - 16.55 - 19.15 - 21.35
STUDIO XXI PREMIERE ÉX • PONDOK INDAH 2 XXI PREMIERE • KARAWACI XXI PREMIERE
12.30 - 14.50 - 17.10 - 19.30 - 21.50

PLAZA SENAYAN XXI • PURI XXI • GADING XXI
12.00 - 12.30 - 13.30 - 14.20 - 14.50 - 15.50 - 16.40 - 17.10 - 18.10 - 19.00 - 19.30 - 20.30 - 21.20 - 21.50
SENAYAN CITY XXI • KUNINGAN CITY XXI • EMPORIUM PLUIT XXI • PLUIT VILLAGE XXI • PONDOK INDAH 1 XXI • PEJATEN VILLAGE XXI • GANDARIA XXI • ANGGREK XXI • ARTHA GADING XXI • METROPOLE XXI • BOTANI XXI • LIVING WORLD XXI • SERPONG XXI
12.00 - 12.30 - 14.20 - 14.50 - 16.40 - 17.10 - 19.00 - 19.30 - 21.20 - 21.50
STUDIO XXI ÉX • BSD XXI • CBD CILEDUG XXI • MEGA BEKASI XXI • METROPOLITAN XXI • PLAZA BLOK M
12.15 - 13.15 - 14.35 - 15.35 - 16.55 - 17.55 - 19.15 - 20.15 - 21.35
BLITZ CP
12.00 - 13.15 - 14.30 - 15.45 - 17.00 - 18.15 - 19.30 - 20.45 - 22.00
PLAZA INDONESIA XXI • FX PLATINUM XXI • HOLLYWOOD XXI • LA PIAZZA
12.30 - 13.30 - 14.50 - 15.50 - 17.10 - 18.10 - 19.30 - 20.30 - 21.50
PONDOK INDAH 2 XXI • BINTARO XXI • CITRA XXI • SEASON CITY XXI • KALIBATA XXI • KARAWACI XXI • BEKASI SQUARE XXI • SEMANGGI • BLOK M SQUARE • SLIPI • DAAN MOGOT • GM • GADING • ARION • TAMINI • DETOS • EKALOKASARI • WTC SERPONG • PONDOK GEDE • CILEGON
12.15 - 14.35 - 16.55 - 19.15 - 21.35
EPICENTRUM XXI • PLUIT JUNCTION XXI • DJAKARTA XXI • TIM XXI • SETIABUDI • CILANDAK • SUNTER • MARGO PLATINUM
12.30 - 14.50 - 17.10 - 19.30 - 21.50
BLITZ MOI VELVET
13.15 - 15.45 - 18.15 - 20.45
CIJANTUNG • BUARAN • BELLANOVA • GALAXY • DEPOK • KARAWACI • METROPOLIS • BTC • MALL LIPPO CIKARANG
13.00 - 15.20 - 17.40 - 20.00
BLITZ GI • BLITZ PP • BLITZ TK • BLITZ BCP
12.00 - 13.00 - 14.30 - 15.30 - 17.00 - 18.00 - 19.30 - 20.30 - 22.00
ATRIUM • CINERE • GRAND MAL BEKASI • BOGOR TRADE MALL
12.00 - 14.20 - 16.40 - 19.00 - 21.20
BLITZ PP VELVET
14.00 - 16.30 - 19.00 - 21.30
CIBUBUR
12.15 - 14.35 - 16.55 - 18.30 - 19.15 - 20.50 - 21.35
BLITZ MOI
13.45 - 16.15 - 18.45 - 21.15
SURYA M2
13.15 - 15.35 - 17.55 - 20.15
BLITZ CP VELVET
12.45 - 15.30 - 18.15 - 21.00

GANDARIA XXI • BOTANI XXI • SEASON CITY XXI • CBD CILEDUG XXI • BINTARO XXI • PONDOK GEDE • MARGO PLATINUM
12.15 - 14.05 - 15.55
BLITZ MOI
13.00 - 15.00 - 17.00 - 19.00 - 21.00
METROPOLE XXI • GADING
12.45 - 14.45 - 16.45
BLITZ BCP
12.15 - 14.30 - 16.45 - 19.00 - 21.15
GADING XXI : 13.00 - 15.00 - 17.00
DETOS : 12.45 - 14.35 - 16.25
BLITZ PP : 12.00 - 14.00 - 20.00
CIBUBUR : 13.00 - 14.50 - 16.40
PLUIT JUNCTION XXI • PONDOK INDAH 1 XXI
12.15 - 14.05 - 15.55 - 17.45 - 19.35 - 21.25
BLITZ GI
12.30 - 14.30 - 17.00 - 19.00 - 21.00
BLOK M SQUARE
12.00 - 13.50 - 15.40 - 17.30 - 19.20 - 21.10
BLITZ TK
12.30 - 14.30 - 16.30 - 18.30 - 20.30
BLITZ CP
13.15 - 15.15 - 17.15 - 19.15 - 21.15
SERPONG XXI : 13.15 - 15.05 - 16.55
3-D WITH INDONESIAN SUBTITLES :
MEGA BEKASI XXI 3-D
12.15 - 14.05 - 15.55 - 17.45 - 19.35 - 21.25

NATURE TEACHES BEASTS TO KNOW THEIR FRIENDS
RALPH FIENNES
GERARD BUTLER
A FILM BY RALPH FIENNES
CORIOLANUS
VANESSA REDGRAVE BRIAN COX JESSICA CHASTAIN JAMES NESBITT
S E G E R A

THE DARK KNIGHT RISES
THE LEGEND ENDS
EXPERIENCE IT IN IMAX

IMAX
GANDARIA XXI IMAX
12.45 - 16.15 - 19.45

The Premiere
GANDARIA XXI PREMIERE
13.30 - 17.00 - 20.30

PEJATEN VILLAGE XXI
12.00 - 12.45 - 15.15 - 16.15 - 18.30 - 19.45 - 21.45
PURI XXI • BOTANI XXI
12.00 - 13.15 - 15.15 - 16.45 - 18.30 - 20.15 - 21.45
MARGO PLATINUM
12.00 - 15.15 - 17.45 - 18.30 - 21.00 - 21.45
BINTARO XXI
12.45 - 16.15 - 17.45 - 19.45 - 21.00
EMPORIUM PLUIT XXI • PLUIT VILLAGE XXI • PONDOK INDAH 2 XXI • ANGGREK XXI • SEASON CITY XXI • METROPOLE XXI • GADING XXI • SERPONG XXI • ARTHA GADING XXI • LIVING WORLD XXI • CBD CILEDUG XXI • MEGA BEKASI XXI • CILANDAK • DETOS
12.00 - 15.15 - 18.30 - 21.45
BLITZ GI
12.00 - 13.30 - 15.20 - 16.50 - 17.40 - 18.40 - 20.10 - 21.00 - 22.00
KUNINGAN CITY XXI • KALIBATA XXI • BSD XXI • KARAWACI XXI • METROPOLITAN XXI • PLAZA BLOK M • CIBUBUR • EKALOKASARI • CINERE • BOGOR TRADE MALL • GRAND MAL BEKASI • MALL LIPPO CIKARANG
12.45 - 16.15 - 19.45
BLITZ PP VELVET : 14.00 - 17.20 - 20.40
PLAZA SENAYAN XXI
12.00 - 13.00 - 15.15 - 16.30 - 18.30 - 20.00 - 21.45
STUDIO XXI ÉX • CITRA XXI • TIM XXI • BEKASI SQUARE XXI • DAAN MOGOT • ATRIUM • LA PIAZZA • ARION • CIJANTUNG • TAMINI • WTC SERPONG • CILEGON • SURYA M2
13.00 - 16.30 - 20.00
BLITZ PP
12.00 - 13.00 - 15.20 - 16.20 - 18.40 - 19.45 - 22.00
GANDARIA XXI • SEMANGGI • GADING • BLOK M SQUARE • BELLANOVA • GALAXY • KARAWACI • METROPOLIS • PONDOK GEDE • DEPOK • BUARAN
13.15 - 16.45 - 20.15
BLITZ MOI
12.00 - 13.15 - 14.20 - 15.20 - 16.35 - 17.40 - 18.40 - 19.55 - 21.00 - 22.00
PLUIT JUNCTION XXI • SLIPI • SUNTER
13.30 - 17.00 - 20.30
BLITZ TK • BLITZ BCP
12.00 - 13.00 - 14.15 - 15.20 - 16.20 - 17.35 - 18.40 - 19.40 - 20.55 - 22.00
SENAYAN CITY XXI • FX PLATINUM XXI • HOLLYWOOD XXI • SETIABUDI
13.45 - 17.15 - 20.45
BLITZ CP
12.00 - 13.30 - 15.20 - 16.50 - 18.40 - 20.10 - 20.45 - 22.00
PONDOK INDAH 1 XXI
17.05 - 20.30
BLITZ CP VELVET
12.00 - 16.05 - 19.25 - 22.45
PLAZA INDONESIA XXI
18.15 - 21.30

STARVISION BENTANG PICTURES DAPUR FILM MEMPERSEMBAHKAN
Perahu kertas
Berlayar di Lebaran
sebuah film karya HANUNG BRAMANTYO
adaptasi novel karya DEE

KEEP YOUR ENEMIES CLOSE
THE DOUBLE
RICHARD GERE
TOPHER GRACE

PLAZA INDONESIA XXI • PURI XXI • CITRA XXI • METROPOLE XXI • MEGA BEKASI XXI • CILANDAK
12.30 - 14.40 - 16.50 - 19.00 - 21.10
KUNINGAN CITY XXI • PLUIT JUNCTION XXI • ARTHA GADING XXI • GADING XXI • LIVING WORLD XXI • SERPONG XXI • PLAZA BLOK M
12.45 - 14.55 - 17.05 - 19.15 - 21.25
BUARAN • MALL LIPPO CIKARANG
12.45 - 14.45 - 16.45 - 18.45 - 20.45
PLAZA SENAYAN XXI • TIM XXI
13.15 - 15.15 - 17.15 - 19.15 - 21.15
SETIABUDI
12.45 - 14.55 - 17.05
PONDOK INDAH 1 XXI
12.45 - 14.35 - 16.25
GANDARIA XXI • SEASON CITY XXI • BOTANI XXI • CBD CILEDUG XXI
17.45 - 19.35 - 21.25
SLIPI : 15.00 - 19.00

PLUIT VILLAGE XXI
12.30 - 14.40 - 16.50 - 19.00 - 21.10
PLAZA SENAYAN XXI • HOLLYWOOD XXI • MEGA BEKASI XXI
12.45 - 14.55 - 17.05 - 19.15 - 21.25
PLAZA BLOK M
12.00 - 14.10 - 16.20
PLAZA INDONESIA XXI
12.15 - 14.15 - 16.15
PONDOK INDAH 1 XXI
12.45 - 14.55
ATRIUM : 16.35 - 18.45 - 20.55
SERPONG XXI : 18.45 - 20.55
GADING XXI : 19.00 - 21.10
SETIABUDI : 19.15 - 21.25

STREETDANCE 2
BIGGER. BETTER. BOLDER. BACK!
IN DOLBY3D & 2D

The Premiere
STUDIO XXI PREMIERE ÉX
13.00 - 15.10 - 17.20 - 19.30 - 21.40
GADING XXI PREMIERE
13.00 - 15.00 - 17.00 - 19.00 - 21.00
PLAZA SENAYAN XXI PREMIERE • EMPORIUM PLUIT XXI PREMIERE
13.15 - 15.15 - 17.15 - 19.15 - 21.15

PLAZA SENAYAN XXI • SENAYAN CITY XXI • PONDOK INDAH 1 XXI • GANDARIA XXI • GADING XXI • BSD XXI • ARTHA GADING XXI • BEKASI SQUARE XXI • METROPOLITAN XXI • BLOK M SQUARE • SLIPI • SUNTER • TAMINI • DETOS • CINERE • KARAWACI • CILEGON
12.30 - 14.40 - 16.50 - 19.00 - 21.10
BELLANOVA • GRAND MAL BEKASI • MALL LIPPO CIKARANG
12.30 - 14.30 - 16.30 - 18.30 - 20.30
PLAZA INDONESIA XXI • FX PLATINUM XXI • PLUIT VILLAGE XXI • SEASON CITY XXI • TIM XXI • METROPOLE XXI • KALIBATA XXI • SEMANGGI • MARGO PLATINUM • WTC SERPONG
12.45 - 14.55 - 17.05 - 19.15 - 21.25
PONDOK GEDE : 17.45 - 19.35 - 21.25
HOLLYWOOD XXI • PLUIT JUNCTION XXI • CITRA XXI • SERPONG XXI • LIVING WORLD XXI • SETIABUDI • LA PIAZZA
13.15 - 15.15 - 17.15 - 19.15 - 21.15
DEPOK
13.00 - 14.50 - 16.40 - 18.30 - 20.20
MEGA BEKASI XXI • EKALOKASARI
13.00 - 15.00 - 17.00 - 19.00 - 21.00
CIJANTUNG
13.15 - 15.05 - 16.55 - 18.45 - 20.35
ATRIUM • ARION • BOGOR TRADE MALL • GALAXY • METROPOLIS
12.45 - 14.45 - 16.45 - 18.45 - 20.45
3-D WITH INDONESIAN SUBTITLES :
STUDIO XXI ÉX 3-D • EPICENTRUM XXI 3-D • EMPORIUM PLUIT XXI 3-D • PURI XXI 3-D • CILANDAK 3-D • BINTARO XXI 3-D • ANGGREK XXI 3-D • DJAKARTA XXI 3-D • KARAWACI XXI 3-D • CBD CILEDUG XXI 3-D • GM 3-D • CIBUBUR 3-D
12.45 - 14.55 - 17.05 - 19.15 - 21.25
KUNINGAN CITY XXI 3-D • PONDOK INDAH 2 XXI 3-D • PEJATEN VILLAGE XXI 3-D • GADING XXI 3-D • BOTANI XXI 3-D • MEGA BEKASI XXI 3-D • PLAZA BLOK M 3-D
13.15 - 15.15 - 17.15 - 19.15 - 21.15

FILM HASIL RESTORASI :
LEWAT JAM MALAM
MEGA BEKASI XXI
13.00 - 15.00 - 17.00 - 19.00 - 21.00

METROPOLIS
12.30 - 14.30 - 16.30 - 18.30 - 20.30
GRAND MAL BEKASI
12.45 - 14.45 - 16.45 - 18.45 - 20.45
WTC SERPONG
13.00 - 15.00 - 17.00 - 19.00 - 21.00
SLIPI : 13.00 - 17.00 - 21.00
ATRIUM : 12.45 - 14.35

GRAND MAL BEKASI
12.15 - 15.00 - 17.45 - 20.30
BEKASI SQUARE XXI
12.45 - 15.30 - 18.15 - 21.00

Kate HUDSON
Gael García BERNAL
Hold on to love.
A LITTLE BIT OF HEAVEN
METROPOLE XXI : 18.45 - 21.00
GADING : 18.45 - 20.45

CINERE
12.15 - 14.25 - 16.35 - 18.45 - 20.55
CBD CILEDUG XXI
12.30 - 14.40 - 16.50 - 19.00 - 21.10
BOGOR TRADE MALL • BTC
12.45 - 14.45 - 16.45 - 18.45 - 20.45

JASON STATHAM
SAFE
KARAWACI
12.45 - 14.55 - 17.05 - 19.15 - 21.25
SUNTER
13.15 - 15.15 - 17.15 - 19.15 - 21.15

• JADWAL SEWAKTU-WAKTU DAPAT BERUBAH • INFORMASI FILM DAN BIOSKOP KETIK NAMA BIOSKOP KIRIM SMS KE 2121 DARI PONSEL ANDA •

PROPERTI

RUMAH DIJUAL

BODETABEK

Ciledug-cipadu.perm"hunian68" Cluster emerald 128 unit.Type 36/90 Rp.377Jt* Hadiah lsg + diskon ramadhan.081381851982

Depok New TwnHse Jambu Tree Residence.Jl.RayaCitayam SHM 200m dr St.Citayam:70629955

Jl Veteran 6 Bekasi/dkt polres, luas 370/ 275m -2lt SHM ex.S. room mbl 1,75M 085883746937

Karawaci 2 lantai, LT:96, LB:140 3K.Tidur,2 K.Mndi,1 Garasi,SHM Hrg 350jt (Nego).Hub:93555050

Legenda Wisata Cibubur Lux Lt /Lb.450/450 Taman Dpn & Blkg 4KT+1 (Whirpool) Grs.6Mbl Hub: 0815-11 222 000

Lesbelles Serpong, 12 X 22, B.New & Hot Stock, Dentonpro, 021-33223777 / 0856-91662829

Perum Griya Flora tnh Baru Beji Depok rmhlt100 lb±55 hub.pinny 081915989002/02198049002

JAKARTA BARAT

Casa Jardin uk.11x20 Minimalis Furnish,Siap huni. Multiland PIK 5884189 Yantho 08176474121

Century 21 Akasia. Jl.Musyawarah. Jl.Panjang, LT:2400m², HM, strgs. Linda 99270804/5637979

Century 21 Akasia.Interkon Blok Q8/31,Op.House,Ls:144,R.lama 1½Lt. 082124998337 / 5637979

Century21Akasia.Interkon,R.tua 144m², 2unit, Hrg 2,3M, Hit.Tnh Yonas 082124998337 / 5637979

Citra 2.15x24m, 2lt. Blk02. no.1. hdp sltn. JlnUtama. Lok/strtgs. dkt sklh Kristoforus SHM.5,2M Nego0811888823,081517356769

DMB Bedugul Jual Cepat ! 8x18 Timur, PJ PRO Hady 0818812183

Golf lake 10x20 2lt 4+1kt view taman, jln 12m 2,9M nego. Puri mansion 8x20 4+1kt 3+1km Brt 2,8M. PJ PRO Hendra 99994550

Golf Lake Uk:6x15, 6x18, 8x15, 8x18, 8x20, 10x20 Hub:Fanny 02198669898-083875645519

Jelambar Utama VIII No.46A. 3,5Lt,Lt.100m² Lb.270m² Bgs S. huni H.1,5M nego 02190500448-02160900616 Liana / Aneke

Jl.Pinangsia Timur/47 2Ruko Gandeng 4Lt,Hrg.3,5M,Lb.3,5 x17,Hub:081385802500(Ajid)

Kbn.Jrk Indah IV, Belmont Res 388/360,2lt,huk,tenang,nyaman ** Hub.Tirta 0816 1922 485 ** Informasi Properti 581 1991

Palem 1,Duri Kepa,Jual Rumah, uk:6x13,Jalan 2 Mobil,SHM. **** Hub:021-97579499 ****

Puri Botanical, Michellia (9x18) ***Utara ** Asri ** Aman*** *Norick 0811.809.259 * RWG *

Puri Indah Raya Blok H1, SHM, 17jt/m², 600m². Harry 98906686, Albert 0817787151

Taman Kota blok E,ls.6x16m, 1,5Lt & Ls.14x16m,2Lt,SHM. Hub.Eddy 0821 1211 83 57 Informasi Properti 581 1991

Tmn Alfa Indah Jual rmh dan Tanah. Nani 0856 986 3838 Informasi Properti 581 1991

JAKARTA PUSAT

Eastons MG Dua 6393333 Rmh Kartini Ry 7x40,Jarang Ada,Hit Tanah.Andy 0813 8000 8834

Gondangdia RMH Dijual cpt Lt 776 LB 380 Harga Nego Hub. 0811969679/93010179 Jakpus

Menteng*Rmh Baru180/200m² Cocok utk office, Lok.bagus FC*0818 750 388 / 718 0255

Springhills 950/1250,Rmh Mwh Mrh,ViewGolf,Basement,S'Pool R.Theater,R.Sauna,R.Gym. ERA Griya Selaras BSD 683.66.888 *** Amor *** 0812.9888.8699

JAKARTA SELATAN

Abdul Majid/Antasari 730m² * lok dkt Kebayoran, Harga Murah ** HUB : 0816.869.462 * RWG*

Airlangga 310--Lamandau 650 Darmawangsa 500=12M-Cipaku 400=10M-Percetakan 430=8M Cikajang 290-Laksana 360=11M Sampit 290=6,5M-08118881298

Airlangga 320m,Dharmawangsa 490m Murah, Tirtayasa 500m, Ciniru 230 rmh Bgus, Mendawai 300 m Murah, 081288554555

Ampera Kenanga 1300m=11M Kemang Barat 1000m best loc Kemang Raya 840-08118881298

Andalan Teras Realty*Pd.Indah *****Pondok Indah***** *560/1000*4KT*SHM**Kotak B.New**Lux**ArsitekTerkenal ***Benny : 0818 817 810***

Andalan Teras Realty*Pd.Indah 830/1000*DktTaman**Tenang B'New***Lux***Garasi Besar Yuli*****0811 138 848*****

Andalan Teras Realty*Pd.Indah Lok.Sek Duta*Murah*780/800 ****Ami : 0818 745 452****

Andara-Pkl.Jati*T/B.1200/600 rumah bagus,halaman luas,asri ERAHome-Gusti:081586409925

Bangka-------680/500------7,3M ---ada kos-kosan sdg berjalan--- Kemang Sltn---590/600----6,7M lingk.exclusive----S.pool------4kt CB Radiant---------0818.133.412

Bintaro Rmh Country Style Lt/ Lb 1000/300+Pav Kt4/Km3,Shm Hdp Tmr.3,5m.H:08111801800

Bintaro Sekt 3.....Mnmls,Renov, Semi Furnish,Hdp Tmr,Dpn Tmn Rp 450Jt Nego**085888208222

Cilandak Green Hill, 2unit Tw.House, Jl.Pringgondani Margasatwa Jks.081229991689

Cilandak sbrg Citos260/200m² 2lt,bgs, tdk banjir 2,4M nego BSM*75912929*0812.8293.752

Cinere Blok F, Cluster Baru, S.Huni, Tingkat, 2KT+1, SHM,385jt Hub:021 93054245

Cinere Gandul SHM LT.555/370 Lux, cluster Taman bisa utk Pool TP.081310180036

Cipete 200m,320m,500m,1000m Murah semua ada Bangunannya -------- Hub 081287258787 ------

Ciputat Grand Puri Laras SHM 105/113,KT3+1,KM2+1,Nyaman & Asri,TP.Hub: 0877.7873.7799

Erlangga 320 kertanegara 400 m tirtayasa 460 m darmawgs 550 m dll 082113003000

H.Nawi,450/300,Rmh Lm 3,6M, Pulo Ry 400/300,2Lt,3,7M,Tmn Botanik,dkt Cildk KKO 244/ 400,2Lt,2,7M*082113542577

Jagakarsa - Kav.DKI Cipedak 1073/423*5KT+1*Rmh Teman* OpHouse by appoint*ERAHom* Agus Dj.0818131152/7266888

Jagakarsa*Dkat Cilandak KKO* Lt.1.066/700m²*2Lt+basement 4KT+1 R.Krja+1 R.Musik *ERA Hom-Agus0818131152,7266888

Jl. Musolah Atakwa 12 Lt 5000m2. Lb 1500m Cinere Gandul Jak sel 021 8202795

Jl.Radio 1 No.2B,Jks,Tingkat, Baru, Shm, Lt.380/360,Kt.4,R. Kel, 3km, 11M, 021-33417163

Jl.Rengas Besar 36b Ps Minggu Dijual Rmh TP,LT/LB:110/235 SHM,Hub:Suyoto 0888.1596440

Kalibata Timur 4 * Tanah 370m² *** Rumah Tua *** Utara *** *Norick 0811.809.259 * RWG *

Kemang Dalam 800m, 200m, 320m, 650m, 1000m semua ada Rumahnya. Hub 081287258787

Kemang New Pool 680/600 Rp. 11M & Thouse New 250/370, Rp.4,5M*081387130080

Kemang rumah tua 960m SHM Cipete rumah B.New 325m taman luas *0812 819 5898

Kemang selatan 1000/500 pool Siap huni **** 11,5M nego!!! BSM*75912929*0812.805.2334

Lb blus vila delima 217/180m² Dpn taman s.huni, jual cpt!! BSM 75912929*0812.8222.4062

P.Indah:554m²*P.Pinang:439m² H.Tuah:699m², Strategis, Jual Cepat!! 081613515863-Maestro

Panglima Polim Ls.440/350,Huk H.Jebat 364/160,Sgr Lihat.ERA Graha 765.3888 / 0816.7676.56

PANORAMA Pejaten Timur Terbatas lt 380/360 &246/ 225,2lt,5kt,4kmcarpt2mobl Hp.082125145590

PERMATA HIJAU RY
1000/800-------------Timur Hoek
Evelyne-081 2992 3188-ERA Vic

PI--RUMAH TUA
PI-Kencana------400-------Timur
PI-S.duta ---------700--------Timur
PI-S.Duta Ry--------------------1300
PI-G.Hijau--------690--------Timur
PI-G.Pinang--------------------135
Evelyne-081 2992 3188-ERA Vic

PI-Pin Nikel-140/220*Bima Vtrn-185/250-New-Mrh*Polim 5(Tnh)-328-08161187560.

Pondok Labu, Jakarta Selatan. dijual Rumah SHM, Harga 4,25 Milyar, LT.1:176m², LB:350m². Hub : Shinta (021) - 93502670

TB Simatupang, Townhouse ** **Jkt** Sltn, 2Lt, 90/104, 860Jt, ** Siap Huni, 92992972, 51299037

Tirtayasa 630m lokasi bagus Wijaya 580m rumah tua SHM Cipaku 380m *08111 49 7005

Villa Ragunan, exit RM Harso no,SHM LT.462/400, Lux cluster TP: 081310180036

JAKARTA TIMUR

CipinangIndah Ry LT/LB268/100 jual cpt & murah Rp 1,25M dkt Pst Area Komersial cck u/ruko & kntr.Ray White 08129583480

CITRAGRAND Cibubur Culstr Medowlt/lb170/220 2lt,4kt grsi carport 021-93998108

PsRebo dkt tol Simatupang new twnhouse tkt lt110 lb130 3+1kt 6unit Rp800-jtan mnmlsmodern 081282161645,97813191 Andy

Ray White Pulomas*Jual Cpt Jl. Cumi2 Rwmng,90m²,Lok Ok,tdk Bnjr,Nego*Rina 087887748189

JAKARTA UTARA

CENTURY21 MEDITERANIA
Pluit Putra l0x20;MK 8xl5;Brand New*08.111.64.111/93.777.939

Cmr.Permai, Lt 450 / S.T / Furnish, Lux & Classic, Dentonpro, 021-33223777 / 0818-08207726

Gading Elok Tim 8. Uk 6x25m. 2lt.Jarang ada Tinggi dari jln. Hub 95880288 - 93701717

Janur Indah-Klp Gdg 2Lt, 11x17 KT:4+1, KM:3+1,Timur,S. Huni * Bgs. Hub: Halim 0816 883 669

Jl Gorontalo V No 36 Tj Priok, Lt/Lb 234/200m² SHM+IMB.Hp 08151672951, 082113672751

Kelapa Gading Dijual Rumah Ukuran: 5x15m, 6x15m, 6x17m, 8x15m, Dll Hub: 0816.185.7732

Kenari 6x16/3lt/ KT:5+1 KM:3+1 Renov Murah !!! Multiland BGM 56983557 / Leo 08567973666

PIK akasia 144/250 renov parkit granitwallpaper*Everland 5421-7330 Mulyadi 0819 3232 1099

Pik,13,5x30;Selatan,4Lt,Lux,Full Marmer,Hrs Cpt Terjual!RW MK 6627007/Hendro 085881025872

RayWhiteGading*Janur Elok 2lt 19x20,Huk,Utr-Brt,Depan Tmn Renov***9368 3309 / 4515993

Summagung 2. Uk 10 x 22m. 1.1/4 Lantai. Jalan besar. Hub:9588.0288 - 9370 1717.

TheVillas(diatas MOI)Klp Gding RayWhiteSquare*Hendra / Posma 0818957606/087808789040

TANAH DIJUAL

BODETABEK

Bekasi Timur, 1Ha cocok Untuk investasi/ townhouse TP.081310180036

BSD-Taman Telaga Golf , kav 500 m, timur laut, 7.5 jt/m nego 08161908171, 02192997871

Gd Srpg Scarlet,Hoek(2Unit) 400m-an,Timur,Smpg Tmn & Jln Utama PPS Esih 0815-9958303

JLCendrawasih-Bintaro, Tanah +Villa ls.3,2Ha,cck uTownHouse *** Hub.Ben's 7120 9269 *** Informasi Properti 581 1991

JLKH.Dewantara-Pilar-Cikarang Utara. Tanah 8000m² nego. Hub: 0857.15073287

PROPERTI | Dinding

Agar Dinding Kembali Mulus

WIRAPRIHANTO

SELAIN sebagai pembatas ruangan, dinding berfungsi sebagai sarana mempercantik ruangan. Memajang foto keluarga, menggantung jam dinding, meletakkan cendera mata, dan barang lainnya dapat dilakukan dengan memanfaatkan keberadaan sebuah dinding atau tembok.

Kegiatan rotasi pada hiasan dinding atau redesain pada interior yang teramat sering dilakukan mengakibatkan terjadinya lubang. Luka kecil yang kurang sedap dipandang tersebut dapat "disembuhkan" dengan sedikit sentuhan dan ketekunan.

Untuk mengembalikan "kesehatan" dinding, Anda cukup menggunakan pasta dempul tembok yang banyak dijumpai di toko bangunan. Awalilah pekerjaan ringan tersebut dengan membersihkan lubang dari kotoran atau pasir. Setelah bersih, Anda dapat memasukkan pasta dempul ke lubang hingga tertutup rapat.

Diamkan tambalan hingga benar-benar kering dan kuat. Ampelaslah dempulan agar menjadi licin dan sempurna. Selanjutnya, lakukan pengecatan terhadap dempulan sesuai warna dinding dengan menggunakan kuas kecil dan halus. Diamkan beberapa saat hingga cat benar-benar kering dan lubang pun sirna.

Untuk lubang agak besar, seperti bekas besi yang digunakan sebagai pijakan AC atau tumpuan *speaker*, ada pekerjaan tambahan yang mesti dilakukan. Buatlah adukan berupa campuran semen dan pasir yang diberi air secukupnya. Setelah lubang dibersihkan, basahi lubang tersebut, kemudian masukkan adukan yang telah tercipta ke rongga lubang.

Setelah menunggu beberapa saat hingga kering, beri polesan semen pada area tadi. Semen yang telah dicampur air dioleskan secara tipis dan merata. Setelah selesai diaci, barulah dilakukan pengecatan pada bekas lubang tersebut. Ulangi proses pengecatan hingga menghasilkan warna yang sama antara polesan dengan warna dinding.

Sementara untuk dinding yang dilapisi *wallpaper*, ada pekerjaan lain yang harus dilakukan. Dempulan yang telah diaci kemudian diampelas dan ditutup kembali dengan *wallpaper* yang serupa. Jangan lupa untuk selalu memerhatikan sambungan tiap-tiap lembaran *wallpaper* yang hendak direkatkan. [BYU]

PROPERTI

TANAH DIJUAL

BODETABEK

JI.Raya Margonda Depok,Tanah ±7189m Lks Strgs Cck U/Hotel, Ktr,Apt 4Jt/m² SHM,Hub:Anna 021-95953260,081905803979

Jl.Veteran, MH Tamrin Jl Ban dara Tangerang Jual Tnh 890,4000m2/1,7Ha 0816812851

Tnh Perum Lippo Cikarang Tmn Simpruk Jln G.Kelud Ls.162m². ** Hub: 08213 999 3275 **

JAKARTA BARAT

Citra 6 Cengkareng, Uk.12 x 26 m², Harga Rp.13.500.000/Meter Nego. Hub:Eddy,081288888378

Puri Indah, Lt.515m, Jual Cepat! Cluster, Lokasi strategis, RWGG Hanita: 08174866725/5827922

JAKARTA SELATAN

Andalan Teras Realty*Pd.Indah Metro Alam**450m**35jt/m² Yuli*****0811 138 848*****

Andalan Teras Realty*Pd.Indah Metro Kenc*740m*SiapBangun ******0811 1925 765******

Lebak Bulus JLH.Gandun --SHM 2950m²--3jt/m, 236m²--4jt/m 081385042866/ 081617242466

PONDOK INDAH-AREA
1900-------3000-------M u r a h Evelyne-081 2992 3188-ERA Vic

TB.Simatupang Tnh Komersial cck utk Kntr&Usaha Jarang ada LT.187m Hub:081806665009

JAKARTA TIMUR

Jln. Pondok Bambu batas no. 16 Jakarta Timur 13430. Dijual cepat tanah 3600m2. hub atau sms 081236129636. Email bonc3l@hotmail.com. Hanya Peminat serius.Tanpa perantara

JAKARTA UTARA

Pantai Mutiara kavling darat, 41x36m, high level privacy. pemilik lsg. 0858 9061 7058

PIK Garden House Ruby Sel Tim Huk 17½x25 J cpt murah *RwPik 5882200 Hose_r 081905977889

RUANG USAHA

DIJUAL

Bangunan Bengkel Jl.Ratna N0.333 Jatibening hub 021 8202795 - 083878868810

Bru Kios Obat 3x2 psr Serp-Tgr, Strgs,prosp bgs pasti untg, 390jt.081286786677-70537486

Eastons MG Dua 6393333 Dijual Cepat Ruko Alteri P.Indah 8x20 4,5Lt,SHM.Andy 081380008834

Gedung 2 lt-----Phlwn. Revolusi 1100/1000-----cck kantor/usaha CB Radiant-----------9246.0396

Gudang Cakung Dipasarkan**** Uk:12x41,10x36,8x29 Century21 Gading Finy* 0857 1120 3737 *

Hotel Dijual Sdg Berjalan Lb/Lt: 1.610m/1.416m,5lt, omzet/Bln 800Jt Lok.Blk Citraland,Hrg BU Rp.20M,SHGB,Hub:Anna 021-95953260, 081905803979

Kios Gandeng 2unit @ 6mtr,Psr Bersih Cengkareng, Siap Huni, DijualCepat.Hub: 081380915666

RAY WHITE TOMANG
Gedung radio dalam,4lt,1100m* strgs,jln ry,cck u/offc/komersil Christ 081310315315 / 5630101

Kost Cawang 2Lt;155/270;14Kt HMdktUKI;RWhiteKmy3332II68 Cornel/08170917588/4268000

RAY WHITE TOMANG
Ruko gndng 3lt di Cideng,jrg ada jln bsr,strgs,dkt Tnh Abang/HI* Christ 081310315315 / 5630101

Resto, 150Krs, 2R.Meeting Kps 50/100 org,Lt.300/Lb.390 Jl. Buaran Raya.081398994706

Rk Diamond-PHG G.Srp,3lt,rapi Rmh IL Lago G.Srp136/137 New LJHookerA.Sutera 08129557522

Ruko Gading, shm, uk.4x14,5 pam, pln, lok.strgs,dpn Hotel Haris,0818940899/68881618

Ruko 3LT Jual Cpt Hrg.4M Jl.Raya Margonda Kartini LT. 150M² LB.168M²/LT Siap Utk Usaha Untung 70Jt-80Jt/Bln Bersedia Kontrak Kembali 1M/ 5Th Hub.Jony 081281823030/ 77215959/081513729488

Ruko 7CS 4,5x15,3lt; Agricola 4,5x19,3lt; Red 5x15,3lt.Hub: Amartha 0813 8178 5390

Ruko di MOI,Klp Gading*Jual cepat*RayWhiteSquare*Posma ***** 0878.0878.9040 *****

Ruko Dijual Cepat BU, Panglima Polim 4,5 x 15 m, 4 lnt Hub. 08161889436

Ruko Hj.Lebar Meruya Utara, Ls.106/90m. Iyus 0819 3254 35 90- Informasi Properti 581 1991

Ruko Kemurnian Lt.223m **** Hub.Mariana 087 87 87 87 556 Informasi Properti 581 1991

Ruko Pluit Kencana Ry, 5 X 25, Cck Ktr, Rp 4,5 M, Dentonpro, 021-33223777 / 0813-14473735

Ruko Roxy Mas Blok.E2 No.24 Luas 5 x 17, 3½ Lt, Hub: 081314475007

SPBU 24.355.95 Pematang Pasir Pasti Pas, Lampung Sltn 27 Km Bakauheni tipe D April 2008, omset bagus, Hp.081219266789

DISEWAKAN

Ambassador Mall lt.4 no.25 luas ±21m lokasi strategis hubungi 0858 1126 2127/ 0856 7484 455

Kantor murah,mewah,strgs,lok. Gd Pancoran Hanya 1JTan/Bln bs urus domisili 081286795588

Kios ITC Kuningan lt. Dasar C2/9 Disewakan TP, segera Hub. 70051828

Kios ITC Mangga Dua Lt 2 Blok A 38m² Over Kontrak Hub:0817.190.861

Ruko lt2&3 ls56m2 hrg 55jt/ th/ 2lt, Min2Th Jl.Raya Pasar Minggu Kalibata 0811113123

RUMAH DICARI

Cari rmh hrs hdp selatan dijksi: Keb.Baru,cipete sel/ut,gandaria sel/ut,Cilandak:081314664829

RUMAH DIKONTRAKKAN

Jl Cik Ditiro Menteng Jakpus Lt.943/Lb.900 Cocok Utk Ktr, 950jt/Thn, Hub.0811879242

Raffless Hills Stainley Spring Cibubur LT/LB 112/120, 2Lt, 3Kt/1Kp,3AC, hub: 0811159903

Teluk Gong 6x15 3Lt, 5+1KT Selatan Minimalis. PJ PRO Gunadi 99669388

TANAH DICARI

Tanah Dicari Ls: 1500 - 2000 m2, utk Kantor Wilayah: Senen, Rawamangun, Matraman dsk Hub : 0812-88878850 (Bpk Alex) 0815-8034591 (Lisa)

KLASIKA

properti

Untuk Informasi lebih lanjut
hubungi bagian iklan Kompas
2567 6000

RAGAM

HARI INI TERAKHIR: 5 AGUSTUS (MINGGU)

PAMERAN ITALY

AGEN RESMI/AUTHORIZED DEALER:
AL CAPONE – PHILIPPE VENET – SICILIAN
ROBERTO PAULO – LINKS OF LONDON
RICHARD DADA – THOMAS WYLDE – LYDC
ANNA CORINHA – BALDESSARINI – R.M
DEREON – MARTELLO – DAN LAIN LAIN

KOLEKSI PARFUM
PARIS: ~~Rp.275.000~~ Rp.29.900

KEMEJA	~~Rp.800RB~~	Rp.89.900
T-SHIRT	~~Rp.675RB~~	Rp.89.900
STELAN JAS	~~Rp.8JT~~	Rp.999.900
HANDBAGS	~~Rp.3JT~~	Rp.500RB
JEANS ITALY	~~Rp.2JT~~	Rp.300RB
SEPATU KULIT	~~Rp.4JT~~	Rp.300RB
DOMPET/GESPER/DLL		Rp.49.900

100% BRANDED ITALIAN

DI LOKASI SUPER MEWAH & BESAR:

StockJunction

JL.PINTU AIR 5/53H (PASAR BARU)
JAKARTA PUSAT. BUKA 10-20WIB.
PARKIR DEPAN TOKO
(MASUK DARI SEBERANG MASJID ISTIQLAL)

PERNYATAAN MAAF DAN JAMINAN

Kami yang bertanda tangan di bawah ini:

PT SNAPINDO WARLAB SUKSES

Dengan ini menyatakan dan menjamin kepada:

LOUIS VUITTON MALLETIER

Selaku pemilik dan/atau pemegang hak atas merek **"LOUIS VUITTON"** beserta logo **"LV"**:

1. Bahwa kami telah menggunakan gambar produk dan merek **LV** dan/atau memakai dan/atau mengedarkan produk **LOUIS VUITTON** secara tanpa hak dan tanpa izin dari **LOUIS VUITTON MALLETER;**
2. Bahwa dengan ini kami MENYATAKAN MAAF YANG SEBESAR-BESARNYA atas penggunaan dan/atau pemakaian dan/atau pengedaran gambar produk, logo dan produk **LOUIS VUITTON** secara tanpa hak tersebut;
3. Bahwa kami MENJAMIN SERTA BERJANJI (i) menurunkan dan menghilangkan segala materi promosi yang mempergunakan atau terkait dengan gambar **LV** dan (ii) berhenti dalam memakai dan/atau mengedarkan produk **LOUIS VUITTON** secara tanpa hak;
4. Bahwa kami bersedia untuk dituntut secara hukum termasuk membayar seluruh kerugian yang timbul sebagai akibat tindakan yang kami lakukan apabila melanggar jaminan dan janji yang kami berikan.

Jakarta, 5 Agustus 2012
Ttd
PT Snapindo Warlab Sukses

ANTENA/PARABOLA

Agar Bayang & Bintik dltv anda benar benar bersh, " ant 100rb" pabola 1,5jt,Indvdn,Top tv,cctv jakbr 56958877 jaktm 83311183 jakps 44764156 jaksl 71443335 depok 70596882 bksi 85566601

Agen & Ahli "Antena TV" 100rb Pabola 1,5jt,CCTV,Indvsn,top tv jakarta 56962844 bksi 80333200 Tgrg 56181850 depok 71115853

BINATANG

Di jual tokek 3 ons pnjng 35, sm 275 ons sehat2 minat hub 081252600198

PRODUK PROMOSI

P-Florist Terima Pesann Bunga Papan & Rangkaian,Cepat & Hrg Bersaing.Hub:Cindy0818762828

BIRO JASA

Bugito Siap Pekrj serep Lbrn, PRT wnt.021-7698412-7693518; Baby Sitter.021-75909128-759 06453;PRT laki/Sopir.7699485

Jika anda Pny msalah Pajak Pph 21,Pph 25,PPN ? Chin Yustinus 021 - 64700038 / 0812 9657 738

Penyalur Tenaga Kerja.Panggih Abadi. Menyalurkan Baby sister dan PRT.Menerima pindahan baru.Dan medidik baru.Hp 0813 8618 9903 - 0878 75391331

ELEKTRONIK

Ac & Amply beli :A'Msik,S.Sytm Spkr,Kybrd,Cmra,Lptop,TV,688 17703/081288282889Suwandi

FURNITUR

Rappilandspringbed spcist,ganti kain,per,busa&latex,no.4/290,3 /320,2/370,1/390rb,Trm Psnan HubPabrik: 77834055-77826881

MEDIA ONLINE

Web Lengkap Ttg Bintaro Klik www.infoservice.co.id dapatkan lwgn krj,jualbeli,kuliner,promo iklan 10rb/Bln. Hub: 7459900

TRUCK/TRAILER

Dijual cepat:6 Tronton Inter- cooler6D22 Th 1996-1998 Hrg 350Jt,5 Tronton Dum Truck In-tercoolor Th 1996-1998 Hrg 350Jt,5 Tronton Hino FL Th 1993-1997 Hrg 250Jt,11 Tron-ton Jumbo Th 1995-2000:375Jt, Hrg Nego,Hub:0852 71000 298

OLAH RAGA

Karpet Bulutangkis,Impor,leng kap dgn Garis,Ph:021-82483393, 0819 3237 8663

HOTEL/PENGINAPAN

BlnandiHotel primaIndah g.saha ri ry/19dpnMg2square wifi ac tv kmd180rb/hr 2jt/bl 62203273

KONTAK JODOH

Cherry Exc Club:085710978778& Flower Club 081298645425 Trm Member Seindo bg yg serius

Club Esron; Jodoh baik2 Telp; 7060 9654 pertemuan mingguan (data rhs) kami antar/jemput seindonesia,(byr BCA;88 40 109 209 a/n Esron) 0878.7676 9654 Hp.0852.1736.1142 & 41(24jam)

Familia Club anda ingin cari pasangan hidup serius.Hendra. 081.311.286.111.confidential

Mau cpt dptjodoh harmonis mpn P/WBaik2?no.sms HarmoniClub 02198641626,085286861809

MEREK

Jual:Hak Paten Merk Nyotoroso (250Jt) & Gendes (200Jt) nego Tertinggi Hub: 0857 414 62275

MUSIK

Ahli stem/srvc piano/orgn,ymh petrof,rsk prh,kropos, melamic ph.021 70172925/08176412036

Alat musik Sale Up To 50% Drum, Gitar,Bass, Keyboard, Sound system .Jl Benhill Raya 58A Ph57852532 (Cash&Credit)

Petrof Piano Cdg,jl/beli:Yamaha Kawai,Petrof&Lainnya.Jl.Cideng Timur 52.T: 38900602/3860200

Piano Berhadiah BlackBerry®. Soft Opening Sincere Music Gandaria City Lt.1 No.145 (Dpn Gramedia)Bunga 0% s/d 24X°. 2900 8010,0812 8189 6188.Pen-daftaran murid baru berhadiah Voucher Belanja

PAKAIAN/SEPATU

Menyambut Lebaran Disc 60% Jacket Kulit Made In Mexico Hub.CRYSTAL 0819 1031 5999 Jln.Ters.Pasteur No.36 Bdg

PEMBORONG/BIRO TEKNIK

Architect Specialist Bangun dan RenovasiRumah,Ruko,Ktr,S.Pool dll.T:08158889900pin:276ABF5D

Arsitek Contraktor Interior Design Berkwalitas Spesialis Rumah Mewah 082123267227

Spesialis desain Arsitektur & Interior. Hubungi : e-architect Hp.0815 1320 2928

PERHIASAN

Ahli arloji*arloji&berlian anda dibli hrg tggi,trm bli smntr.rolex patex,p,piaget dll.Center Watch stc senayan lt.G/117-118.Halim 081388800889/ph.57931564/84

RESTORAN & CAFE

Dijual Frenchise Klender Burger & Ayam Taliwang Jl.Pahlawan 164 Bogor.081398994706

SEKOLAH KURSUS

Pembangkit Listrik Tng Surya + Angin Tgl 8 - 9/8, Jl. Perintis K 99 Jaktim. Ph : 081311419974

TOUR-TRAVEL

Bayangkn?Stay dilembah Bedu-gul yg Indah Bali + Ecosaranam 7h(19/8)55956531 / 6602062

Lebaran Tour : bkk-pty 21 aug,bth-sin 19 aug,bali tur 20 aug,chn-hkg 16 & 19 aug hub Twin Tour 02132128006

Pusat Tiket Murah Vocher Hotel paket Tour Umroh 7 Haji,Diantar Hub:Laenatour 88359088-24jam

DAERAH-DAERAH

BANDUNG

Jual rmh Tmn Pesona Meditran Blok E 5. dkt Pintu Tol Pasteur Bandung. Hub: 0811241412

BEKASI

Sumarecon Bekasi rmh di Palm Blok AH 20 ukr 8x17 strgs sblh SportClub,Hartono 0811188833

BOGOR

Hotel mulai Rp99rb,AC,TV,Hot water,meeting: 0251 8338899, 8378658, 8901088, 8315769

CIPANAS

Dijual Tanah Milik Kebun Bukit, Ls.2,3Ha di Wangun Babakan Madang jln alternatif Taman Bunga Cipanas - Sirkuit Sentul Bgr view hdp 5 gunung - cck utk villa/retreat hub.TP.0816742285

Disewakan: Villa Apple Green Garden,strgs,akses dkt istana Cipanas&Tm Bunga,hawa sejuk bersih,5jt/mgu.Hub:Yuli/Indah 081802100916, 082112334567

DENPASAR

Bali-Dijual Luxury Villa Nusa Dua,dekat Golf & Hotel,3,5are, SHM, 2lantai, 3K.Tdr,3K. Mandi, Kolam Renang,Garasi Luas. Hub pemilik:0817350877

Bali-Dijual Tanah 50are,lokasi eksklusif tebingUluwatu,180drjt Pemandangan laut,langsung dg Pemilik.Hub; 0817350877 atau adehandayani@hotmail.com

Djl Tnh di Desa Payangan Ubud view sangat indah dg peman-dangan hutan yg hijau&ada alir-an sungai ayung,cck utk villa& resort.Luas 64.5are,SHM,dekat dg hanging garden resort&villas Hrg Rp 85jt/are. contac 0361-735590 / 08123846366

Jimbaran------Area Ritz Carlton 10Ha--------Tebing--------Pantai Betsy-----0817 560 299----ERA

Jual tnh di Tabanan4200m², ada sumber mata air, view sawah & Gunung Batukaru, excelont for spa or resort Hub 021-95339770

DEPOK

Jual cpt Rumah Mutiara Depok Estate Blk.EA/3 SHM 1,5lt 4Kt/3Km Lt.138m2 081916329073/0818819162

KUPANG

Jual Cpt Gudang Jl Tenau Yos Sudarso t/b 1,2Ha/2500m Shm Dkt Pelabuhan 08123528425

PALANGKARAYA

Dijual Tanah uk. 33x250, lokasi Jl.rt amilono km 3,palangkaraya kalteng,srtifikat. 082137058888

SEMARANG

Dijual rumah kebun 1564m2 di pudakpayung Semarang. Nego. Hub.08812789161/0818293525

Kost Eksklusif dg Manajemen D'Paragon,Nett Income:70jtan, tdk usah pusing pngelolaan sdh ada manajemennya,Lok nempel Perum Gr.Estetika Semarang, Hg:6,5M/Ng Hub:08122698882

Kost Eksklusif dg Manajemen D'paragon,Nett Income : 90jtan, tdk usah pusing pngelolaan sdh ada mnjmnny lok Jl.Yogyakarta /veteran,Semarang 5mnt smpg lima 8,5M/ng ph.08122698882

SERANG

Dijual Tanah Luas 36.226m² SHM Jl.Raya Anyer Carita KM 137 Cinangka Serang Banten. Lokasi statgs,tepi pantai landai tnpa karang,pasir putih,bangu nan workshop,kolam renang,cck utk Resort & Villa.Info Hub:Yani -0817119017,Iqbal-081912994 480 , Fauzi-085323517755 ,Asep- 087829023232

Kota srg Bru,SHM lt/lb= 114m/ 100m,hook 2kt,2km,renov car port, 180jt/ngo, 081210467266

SUKABUMI

Jual Tnh di Cibadak Ls 5,2Ha SHGB mengandung pasir bahan semen & keramik.H 200rb/Mtr (TP) Hub: 085814476635/0821 12364336/087770322374

LUAR NEGERI

S'pore Kost Pelajar/ Kmr Harian Orchard, Novena brsh&nyaman. +65 98510888/ BBM: 238e1cc0

Singapore's Freehold Luxury Property 2/3/4 bedrooms units near Orchard Road for Sale! Please Register ur interest now. BB Pin: 2190E7C0 & 21911113

PELUANG USAHA

Di Cari Partner Pemodal U Kembangkan Usaha Pakaian Anak, sudah 27 Counter di Dept store Ternama seluruh In-donesia, peminat serius hub 087781727055

IKUTI DIKLAT WIRAUSAHA
Training B.Inggris+link srtfikasi int'l(Aust/USA/UK) 20Jam/5Jt 021-50406262 / 081280569074

Takeover BimBel Yang Sedang Berjalan Baik di Daerah Jakarta Timur. Hubungi 0816.982.066

KERJASAMA

Acc1jam Cair TnpSrvey Jaminan BPKB.*Artha Makmur:6263906-07, Jl.Gn.Sahari Ry 33AB jakpus

AccBPKB?Pinjaman Uang Bunga Murah.Pinjam40Jt, Angs:20645; 50 Jt, Angs: 25806; 60 Jt, Angs: 30968.PrsCpt,Trm YgMsh Kredit diLeasing.PT.PMMPisanganbaru Tengah 5. Hub: 021 - 9953 5858

Butuh Modal,ditolak bank?Jgn khawatir.Group Investor siap mmbntu.Jaminan Property anda Hub:Ibu Enny,021-30486708 ext 107/ 08129051982. G-Shopping Arcade blok B/no.8 Central Park

Dana Talangan &Gadai 10jt-3M Dana Pribadi, Prs Cpt Tnp Biaya Dimuka Asset Dlm Bntk: Rmh, Tnh, Kntr,Ruko,Aprtmnt, Kndrn, dll Berlaku Jabodetabek,Mnrm Mediator, Internusa, MTH Square Hory :0813-85995408/ 02199002100 Olla : 08211308 2186, Lia: 081314559491

Dana Tunai 350 jt-250M prs cpt No BI Ckng,Bnga Rgn/SHM Ins-trmnBank,Jmnn Bs a/n org lain Trm Agen Internusa Mega Fina 082113082183,082113082186, 081314559491,082113082184 082113082182,082113082185, 085287912046.

Sertfikat-AJB-BPKB-dapat100% TakeOvrKredit tnp BI cheking dana Talangan Spkbank/proyek PTr.Jl.Sdm.45- 0838.71783777

KARIER

CARI KERJA

Pria D3 AKT 41Th Pnglm 11Th, bisaLapKeu,Myob,Accurate,Brev et A/B, B.Inggris.Hub:96900836

LAIN-LAIN

BEBAS WAKTU
P/W dt entry,cash per Mgg.Wkt Luang ±5Jam/hr 087788641108

Bth llsn SMU/sdrj sbg guru PG/TK melalui diklat singkat: Depok Asri. 95031917

BTH : P/F Time Jobs Data Entry,Pensiun/H.Wife,Inc± $1200 sms 081315928458

Bth Accounting Min.D3 & SPV. Marketing & Surveyor. Rajin & Mau Kerja Keras. Lamrn Kirim: PT.KRF Ruko Ligamas Blok A-1 No.2 Jl.Imam Bonjol Krwc Tgr

Bth Apoteker dan Asisten Apo-teker utk apotek di Jakbar.Alum ni Jakarta, punya STRA/SIPA dan STRTTK Hub:081314637235

Bth Cllctr Pria min SMA,Sim C Bns,Transp Hub:KSD Jl.Ir Juan da blok A3/137 Bks 0218822662

Bth Guru Math WNT,25-35th, D3 Lam: Jl.Danau Batur Blok F3 no.23.BenHil Jakpus 10210

Bth mng project p/w max.40th S1 pglm 3th gp+presentase,tar-get oriented,smart hardworker ditmptkan diluar kota sewaktu2 cv Email:yudhi_sc@yahoo.com

Bth Pengemudi Rental.23-47th kontr.bulanan,minSMA,SimA/B mes-klnk grts.Lgs tes:Jl.Mamp ang Prap.Ry60 P:087780723365

Bth Sgr : Asisten Direktur, S1 Manajemen, Pria max 35thn, dutmkn pglmn min 2thn, kuasai script writer, mmpu bekerja dibwh tekanan, Lmr krm ke:PT. Cyberindo Persada Nusantara Menara Gracia Lt-2, Jl. HR Ra-suna Said Kav C-17, Jkt 12940

Bth sgr Staff Purchasing/Kurir u/perush yg sdg b'kembang,pria pny mtr,max30th gj 2-3jt dtg lsg sen6/4/12jam9 komp.amandole jl.wuluh 3 blok 3 no.22 blk Hero Tomang Jakbar Telp:96985877

Bth sgr:1).CS p/w,min.D3,2).Ob PT.Citylife ind.Apt Meditera- nia Twr C RK.45B Klp Gading

Bth Technical Support Officer utk Alkes llsan ATEM/D3/S1 Elektro,pglm,Ingris aktif.Hub Ruko Bali View Point No 35 Jl Cireundeu Ry Pisangan Ciputat Timur Tang-Sel.T:08161818697 Email:marwan.nbd@gmail.com

Bth TukangJahit PakaianWanita Yg Berpengalaman,Srt Lamaran Ditujukn ke:sipil21@yahoo.com

Bth: Drafter/Junior Arsitek: Pria, min SMK Bangunan/S1 Arsitek,peng.Gambar bangunan Min 3th & menguasai AutoCAD 2D&3D/ArchiCAD/3D Max.Lnsg Intrvw & tes ke PT.Kidang Gesit Perkasa,Jl.Daan Mogot Ry Km. 13 No.32, Cengkareng - Jakbar 11730.Telp.(021) 5451920/22

Bth: Secretary & Adm, Min D3, Wanita, aktif, mengerti Ms. Excel. Krm CV: Jl. Blandongan no 24B. JKT 11220

Bth: Site Mngr: Pria,min S1 Teknik Sipil / Arsitektur, peng min 3th pekrjan bangunan rmh/ sekolah/sportclub,mampu mem buat RAB,m'guasai manajemen proyek & bersedia ditmptkan di Sukabumi.Lsg Intrvw & tes ke PT. Kidang Gesit Perkasa,Jl. Daan Mogot Raya Km.13 No.32, Cengkareng - Jakbar 11730. Telp. (021) 5451920/22

Bth:A. Finance & Accounting Manager,B.Archi tect,C.Project Controller/ Esti mator,D.Admi nistration Staff E. Montir Mbl & Mtr Syrt: min. S1 (A, B, C), min. D3 (D),min. pglmn 3th (A, B, C, D, E),Menguasai Word& Excel (A, B, C, D), AutoCad, 3D max, Corel&Adobe Photoshop (B) AutoCad&Ms. Project (C),Ber sedia ditempatkan di Jk Brt&Jkr Utr.Email : infodwj@gmail.com.

Business Manager Age 22-35 Min 1Yrs Exp Stock, Futures Prefer * 0818.0832.1496

Butuh : Purchasing Staff, D3, pengalaman min.2th.Lamaran email: rekrut.alko@gmail.com

BUTUH Freelance Checking Document, P/W, ±Rp 3Jt/ Minggu,*0812 1979 0223

CARI Typist, Part Time,±Rp 600Ribu/hari,IRT/Pensiun Are Wlcm*085287578213

Cr:Appraiser, P,max. 24th,min. SMU /sdrjt,pny mtr pribadi+SIM C.Lmrn Raja Mobil,Bursa mobil summarecon B-1,Boulevard Ry, Gading Serpong Tgr.T : 547 0005

Cri 3 org llsn D3/S1 Sipil u/ prshn kontraktor Pengawas Lapangan (dtmptkn di lapangan / proyek) Syrt: Pglmn min 3 thn, bs Ms Office,Autocad CV lgsg dibawa:Jl.Perintis kemerdekaan (Pelepah raya ex Goro) Telp 021-68355365, 021-3297936, 021-3924850

DATA Entry Freelance, income±Rp 7jt/document ****0819.3297.2337***

Data Entry Kantor,Bebas waktu *30-59Th* ±150-400Rb/Lembar Call : 085782103300

DATA Entry(F/P)30position 22-57Th,IRT,Pensiun Wlc Inc±5-14jt 081311211253

Dbthkn utk Low :1.Business Mgr;Pria/Wnt,Min.30thn,Brpngl mn dibid. perbankan, Brsedia bkrj dibwh tekanan, Mampu mncapai target,Gapok 3jt+Kom. 2.Telemarketing:Wnt,Max30thn Brpnglmn Telemrktng,GaPok1,5 jt+Kom.PT.HIG Int.Berjangka, Walk In Interview 6 -10 Agt, 09.00-15.00WIB. Menara Duta Lt.1,Jl.Rasuna Said Kav.B9,Jak sel.cp:Irene(94582954/5200078)

Dcari LegalDrafter SH/MKN,Bhs Ing Aktif,S1 Hukum Internasio-nal Notaris/Bank Lmm dtujukn Jl Anggrek Garuda No30 Jakbar

Dcr cpt SMU/sdrj sbg guru PG/ TK mllui diklat sngkt :Lb.Bulus 44494124, Komang 78842588

Dcr Part Time u/ MHS, Ibu RT, Pensiunan sbg Knsltan peluang inc 3-10jt/bln. 087777708206

Dcr:Staff Opr Tour,W,D3 Prwsta usaha perjlnan Wst,Pglmn Tour fasih B.Ing&komp.CV:Adventure Indonesia, Wisma 31 Lt.3 Jln. Kemang Ry No.31 JakSel 12730, Email : advindo@cbn.net.id

Dibthkan : Kasir (Wanita, Pend. Min SMU dan Usia Max. 28 Thn) dan GRO/PR (Pend. Min. D1-D2 dan Usia Max.30 Thn) untuk SPA. Domisili Serpong - Tangerang dan Bekasi. Kirim lamaran lengkap dan foto via email : hrd.spa88@gmail.com

Dibthkan cook,waiter/ess utk restoran jepang. Lamaran dikirim ke Katsura Restaurant, Plaza Senayan CP4, JL.Asia Afrika No.8, Gelora, Tanah Abang, Jak-Pus 10270

Dibthkan sgr Design Engineer. S1 Teknik Sipil-struktur,pglm 1-2th, menguasai program ETABS Lmrn ke:PT SPD,Jl.Tebet Barat Dalam Raya No.118 C Lt 3,Tebet Jak-Sel 12810

Dibthkan sgr front office min D3 kirimkan lmm lengkap ke :Prima gama Rawasari Jl. rawasari selatan no 18 jak-pus

Dibthkn,Arsitek S1 & Designer Interior bpglmn min 2 thn,me nguasai autocad,3D max, vray utk ditmptkan di Batam email: thestyle-design@yahoo.com

Dibutuhkan : Staff Operasional/ EMKL Pria,Min SMA,Pglmn Min 2th Sbg EMKL,sim C,Mtr Pribadi Kirim Lamaran,*Fax*88990877 Email: ga@multisarana-bm.com Tlp:88991020

Dicari : Guru TK di Klp Gading& Serpong/Tng.Hrs bisa B.Inggris, Kirim CV: lukien28@yahoo.com Ph : 45867371/5463005

Dicari Kurir berpengalaman,me nguasai daerah Jabodetabek, pny motor pribadi & Dicari SPG pglm.Hub:Candy 085654539418

Dicari Profesional Baker Spesialisasi Taiwan Bread Hub. Joice TLP: 087860096748

Dicari: Koki untuk Masak Korea, Manager, Waitress u/ Restoran Htl di Anyer.Hub:021-96163038

Dicr:Adm&Skrtr(W) Pend.SMK/ SMU,Bs Mngoperasikan Komp. Bs Ingg.Email:cdp@bit.net.id

F/P (Data Entry,Input Dt Scr Online) Terbuka Bagi IRT / Pensiun *081383931406

FREELANCE Input Doc, ±Rp8Juta/Document(cash) ****0878 8349 1387****

Guru Fisika SMA,Lulusan FMIPA/ FKIP,fresh grdt wlcm, hrd.sinotifcitra@yahoo.com

Guru Inggris Wnt D3/S1, Bimbel SD (SMA/D3). Hubungi: Febi 70455225 / 08161965053

Interpreter eng,Foreigner Wlcm Exp Prefer Can Speak Gd Eng Rp10jt-Rp 15jt *081808321496

Kantor Notaris di Bintaro Bth: 1.u/Bag PPAT yg pglmn dgn sis tem Notaris(ketik Akta),S1 Hu kum;2.ADM min SLTA,info.Hub. 081285827677,yongki,Email: yongkiryken@yahoo.co.id

KERJA ONLINE
Wnt Tdk Terikat Krj,Data Entry ±5jam/hr,bs inet 083899214080

RAGAM | Terapi

Terapi Target Gen Kanker Payudara

SHUTTERSTOCK

BIASANYA pengobatan kanker payudara adalah operasi, kemoterapi, terapi endokrin, dan terapi radiasi dengan kombinasi perawatan yang komprehensif. Dalam jangka panjang, keempat metode pengobatan tersebut dapat dikatakan memiliki keberhasilan dan kestabilan. Namun, bersamaan dengan menghambat dan membunuh sel kanker payudara, metode tersebut juga membasmi sel normal tubuh.

Dengan mengikuti berkembangnya ilmu kedokteran, profesi medis dalam diskusi mendalam tentang penyebab tumor ganas, mekanisme gen karsinogenik perlahan menjadi jelas. Berdasarkan onkogen *high-end* bioteknologi aplikasi klinis, target gen secara bertahap naik ke pengobatan, cara baru yang efektif untuk mengobati kanker. Ahli tumor dan kanker menunjukkan bahwa terapi gen, tingkat sel dan molekuler, telah membuat situs karsinogenik jelas (situs sel tumor dalam molekul protein, dapat menjadi fragmen gen) untuk merancang proyektil obat pengobatan. Obat memasuki tubuh akan memilih karsinogenik khusus untuk kombinasi yang berperan dalam sel tumor dengan spesifik kematian.

Berdasarkan penjelasan Prof Li Yuan Zhong, dalam pengobatan tradisional kanker payudara, operasi memiliki sifat luka dan kerugian fisik yang besar, radioterapi dan kemoterapi bersifat traumatis dengan toksisitas pengobatan untuk membunuh sel kanker yang tidak menutup kemungkinan secara langsung sel normal ikut terbasmi. Sebaliknya, terapi target gen untuk kanker payudara terkait dengan pengembangan gen kanker dan produk ekspresi mereka untuk pengobatan. Target terapi dengan menghalangi sel-sel tumor atau sel sinyal transduksi untuk mengontrol perubahan dalam ekspresi gen, untuk menghambat atau membunuh sel tumor. Karena banyak dari "node" kunci dalam pertumbuhan sel kanker, seperti beberapa enzim, protein, dan reseptor, yang hanya mengidentifikasi node dalam pertumbuhan sel kanker untuk melawan dalam rangka mencapai tujuan sehingga dapat memblokir pertumbuhan sel kanker. Menemukan sasaran yang tepat, terapi ditargetkan agar tidak melukai jaringan normal tubuh lainnya. Pasien juga tidak akan memiliki komplikasi menyakitkan yang begitu banyak.

Profesor Li Yuan Zhong mengatakan bahwa kanker payudara dengan metode terapi target gen telah membuat prestasi yang luar biasa, termasuk teknologi pengobatan yang akan menjadi arah utama pengobatan kanker payudara di masa depan. [*]

LOWONGAN

LAIN-LAIN

Low Kerja diKapalPesiarEropa (Classic Int'l Cruise)Bth:Cook Training,CookHelper,3ndCook, 2nd Cook,1stCook,PastryCook, Baker.pglm krjHtl/Rest min1th bs B.ing max35th.Intvw dgUser agt '12.pralntvw dtg bwCVlkp+Pfoto.Pt.Sea Atlantic Djakarta Gd.Asmi lt.8 Jl.Poc.Kuda No.1-5 pulomas jktm.02147869649/50 eml: shipcrew@seatlantic.com

MNC Life bth: Unit Manager, pglm 1th di asuransi, memiliki kend.pribadi, min.D3. Hub: Bag. Recruitment 088 123 60784

Perus,baru (pma) Kec.Bungur Sari Purwakarta bth:1.Accounting, 2.Admin, 3.Produksi, peng. min.sma,surat lmrn lkp,umur max.40th,srt lmr harus tulis tangan & kirim ke:Po Box 127 Purwakarta 41101

Perush Retail&Pjtki bth:1)staf Akt,w.21-40th,pglm kuasai kmp 2)IT,p/w,pglm/fhm troubl shoot kmp&N.work problm,MS SQL,srvr 2000(Hware,S.Ware)Website Administrator.Lmr PT:Fioken Jl. Ciburial 10 Kd halang bgr 16710

Preschool Teacher all subject fluent Eng. Slry & CV: 7669658 hrdschool.cibubur@yahoo.com

PROJECT INPUTER
3Mth Contract±2-4Jt/week(PT) IRT/Pensiun °0812 8579 3991°

Prsh Jerman bth:Mechanic,Electric&Welder berpglm dibid-nya Dtg Lgsg Intrvw di PT.Bauer Pratama Indonenia,Jl.Raya Narogong km:5,5 Rawa Lumbu, Bantar Gebang-Bekasi.Tlp:021-8222176 Senin-Rabu (6-7 Aug 2012) Pk:08.00-15.00 wib

Prshn plyrn bth staf operasional ,fasih b.ingg lisan/tlsn & u/adm ,baru lls Akdm/Univ. Krm CV ke Jl.Tnh.Abang II No.25 Jkt 10160

Req: Certified Welder 6 GR by PMA,Min High School,5 yrs experiences physically fit, max.40 yrs old. Able to speak & write English. Send CV in English mail to: hrd.hhindo@yahoo.com

Rest. Chinese terkenal Bth Cpt Koki,Cutter,Taho,Cucipiring,Bartender,Waiter/tres. CV lgkap: Jl. Batu Tulis Ry 37,Jakpus.Tel:021 31748320, fax: 021 3519016. E: liyonindonesia@hotmail.com

Sales furniture(P/W)&Admin (W) Pandai berjualan,bs komp, bs Autocad & pglmn interior lbh baik.E:info@palaisroyale.fr

Secretary / Personal Assistant, Min D3,Overseas Grad Wlc,Exp/non exp15jt-20jt 085694912691

Shubngn akan dibukanya Dealer 3S (Sales,Service,Sparepart) PT Ciwangi Berlian Motors cab.Pd. Indah bthkn sgr:CSO (Wnt),TB: 160cm,pnmpln mnrk & SPV,Sles Counter (Wnt),Salesman (Pria) Komunikatif,jjr,bs bkrj scr team min Sma,max 30th,gapok,insntf Lmrn bw lsg Authorized Dealer Of Mitsubishi PT.Ciwangi Berlian Motors,Jl.Raya Ciputat No.155,T.9771 3489 Up:Sri

Translater Mandarin Part / Full Time Overseas Graduate Prefer Rp.10Jt-Rp.18Jt°081933922933

Urgently Required For Mining Supplies:Sales Eng-2 person (M/F)D3/S1exp.min1year.TechnicalSupport-2person(M) Smk/D3.send your CV,current photo to: hpsrec2012@gmail.com

Urgently Required Secretary for President Director:Female,2yrs experience as secretary.Able to speak English and handle secretarial tasks such as correspondence,filing,mking appointment etc.Send your application letter & CV to reiniadriana@gmail.com

Walk interview,Barista,Waiters Staf Cooking & Kasier U/Coffee Shop di drh Cilandak, Kemang & Bintaro,berpenampilan menarik, Antipodean Cafe, Jl Kemang Sltn I, Komp.Hero Kemang Senin - Kamis

ADM & KEUANGAN

Accounting mngr, wnt, single, S1(acctg),25-35th, peng, min. 3th,bs buat laporan s/d lap. keu,ngerti pajak,krm lmr:STC Senayan,Jl.Asia Afrika no.LG 32-34,Jkt,Email:dhi@cbn.net.id

Adm Wnt,max.30th,bs Comp. tau pembukuan,pglmn min 1th, lmr Jl.RE Martadinata 56 Blk B Kav.06 Kp.Bandan Ancol Jakut

Admin Umum min 21th,D3,Mhs /i wlcm,Bs M.Off±3jt.sms nama & Posisi Dilamar 08161484962

DIBUTUHKAN SEGERA

1 PROJECT SALES (PS)
2 ESTIMATOR M/E (EST)
3 SITE MANAGER M/E (SM)
4 SUPERVISOR M/E (SPV)
5 ADMINISTRASI PROYEK (ADM)
6 DRAFTER/ENGINEERING M/E (DRF)

Persyaratan:
1 Minimal D3 (PS, EST,SM,ADM,DRF), STM (SPV)
2 Wajib menguasai/mahir MS Office Word, Excel, Power Point (EST, SM,ADM,DRF), Autocad (DRF)
3 Menguasai sistem Mekanikal & Elektrikal (EST,SM,SPV,DRF)
4 Berpengalaman dibidang M/E minimal 2 thn (PS,SM,DRF), 5 thn (EST,SPV)
5 Usia Max. 45 thn (EST,SM,SPV), 35 thn (PS,ADM, DRF)

Kirim lamaran ke :
PT. ADHIGUNA KARYA JAYA
ENGINEERING - CONTRACTOR - SUPPLIER
Gedung NARIBA DUA Lt 3 Ruang 302
Jl. TB Simatupang 49, Pasar Rebo - Jakarta Timur 13760

DIBUTUHKAN SEGERA !!!

Kami Perusahaan berskala Nasional membutuhkan :

1. SALES INDUSTRI (Kode SI)
   - Wanita/Pria, max 35 tahun, Pendidikan min SMA
   - Berpengalaman dibidang Sales, Gaji & Komisi tunjangan menarik
2. STAFF ADMINISTRASI (Kode SA)
   - Wanita, max 25 tahun, Pendidikan min SMA

Lamaran dikirim & cantumkan kode lamaran disudut kiri atas amplop ke:
Komplek Ruko Pelangi Blok A No 11 Cengkareng Jak-Bar (Sebelah Taman Palem Jak-Bar)

DIBUTUHKAN SEGERA

Importir & Distributor Barang Interior, Kunci-Kunci & Kontraktor membutuhkan beberapa orang karyawan/ti untuk :

1. MANAGER & STAFF HRD (PERSONALIA)
2. KASIR
3. ACCOUNTING
4. MANAGER MARKETING
5. ADMINISTRASI

Kualifikasi & Persyaratan:
- Berpengalaman dibidangnya (No. 1, 3 & 4)
- Usia Max. 35 th (No. 1,2,3 & 5)
- Kirim Lamaran Lengkap

PT. BIRU INTERNATIONAL
Jl. Pintu Besar Selatan No. 93
Jakarta Barat - 11046
www.biruindonesia.com
Email : hrd@biruindonesia.com

Prshn pertambangan batubara yg sdg berkembang butuh segera:

A. Operator PC 400 dan sejenis
B. Mining Engineer
C. Chief Mechanic
D. HRD & GA Supervisor/Staff
E. Staff Accounting
F. Staff Purchasing
G. Staff Logistic
H. Staff Administrasi

- Pria/Wanita, min.SMA/ sederajat (A,B,C)
- Pria/Wanita, min S1
- Pengalaman dibidangnya min 2 thn
- Mampu bekerja mandiri maupun dlm team
- Jujur dan bertanggung jawab
- Bersedia ditempatkan di Site (Kal-Tim)

Kirimkan lamaran lengkap dan foto terbaru ke :
coalmining@hotmail.co.id

Bth cpt adm,wnt,bs Komp word, excel,b.inggrispasif.Lmrbwlgske komp duta harapan indah blok P-52, penjaringan, jakut 14460

Bth Staf Admin utk Perusahaan Jasa,P/W, pend.SLTA sdrjt.krm lmrn/dtglsg:Jl.Pluitselatan raya 103Pluit,Penjaringanjakut14450

Dibthkan:ADM(W)di Utamakan Yg Bs Bhs Mandarin,Krm Ke: Kampung Priuk Jaya Km 4,2 Jl.Ry Moh.Toha,Tlp:55768856

Dibthknstafu/keuangan,pnglmn min SMA,bs komp praktis lmrn krm ke Delta Group Ruko Cipu tat Indah Per mai Blok C10 Jl.Ir.H.Juandano.50Cpt15419 (p lg lmbt 2 mggu stlh iklan terbit)

Dicari Accounting Wnt mngerti Pajak,D3,Pekerja keras,jujur, tg.jawab&mampu bkejra secara team fas:gaji menarik,um & Ins entive Pglm 2thn,Max 30th,Ber sedia titip Ijazah asli,Lrmn Ruko Arcadia Blok B1 No5 Tangerang

Dicari Accounting, Wanita Min.D3, Fas Gaji Menarik, U.M dan Bonus Lamar ke PT.Tiga Sekawan S Via Email : sarkim88@gmail.com

Dicr 2 Wnt Single Bag Accounting&Computer Min D3.Lmrn ke Jl.Kesehatan 5 N0.18 Jak-Pus

Senior Auditor (Internal), Exp, Team Work, Leadership, Rp 18jt - Rp 23Jt, °°0857 1401 2704°°

Spv Acc,Wnt, min 25thn,min S1, Pglm3th,Phm Pajak,dpt m'buat Lap.Keu.Lmrn dikrm ke PO Box 1212 JKTM 12700, berkantor di Gatot Subroto, Jaksel

SPV Fin&Acc min SMEAK-S1,Bs Ing/Mndrn,Dom.Pluit,jmbtn 2/3 Dsktr.kap_juliawati@yahoo.com

Staff Acc & Keu, Wnt, min 25th min D3,Pglm 3th,teliti, rapi,mau bekerja keras.Lmrn dikrm ke PO Box 1212 JKTM 12700, brkantor di Gatot Subroto, Jaksel

MARKETING & SALES

Aluminium Sales, pref.metal background. Send CV+photo: rekrut.alko@gmail.com

Bth 20 org salesman, umur max 30th, mengerti aksesoris mobil, punya SIM C, ulet, jujur, mampu bekrj dlm team,dom di Jkt..Lmr +CV lkp krm : Ruko Mega Grosir Cempaka Mas Blok D18 Jak Pus

Bth Mrktng Industri,P/W,pglmn 1th,bs negosiasi, mmlk Sim A/C, max.30th&B.Ingg aktif Lmr Jl. RE Martadinata 56 Blk B Kav. 06 Kp.Bandan Ancol Jakut

Dibutuhkan marketing otomotif (gapok+transport+ Insentif) bw lamarn lsg.Hub: 02196020509

---

www.myplacespa.com

DIBUTUHKAN SEGERA

Myplace Spa & Health Club, membuka kesempatan berkarir menjadi THERAPIS PROFESIONAL
* Bersedia mengikuti pendidikan
* Selama pendidikan mendapat makan & tempat tinggal gratis
* Saat lulus langsung di kontrak
* Usia 18-27 tahun (Wanita)
* Minimum pendidikan SMP
* Kami membuka juga lowongan untuk SUPERVISOR & TRAINER

Kirimkan lamaran ke:
MYPLACE SPA
Ruko Permata Senayan Jl. Tentara Pelajar Blok D No. 38 - 52, Jakarta Selatan 12210

DICARI OLEH PERUSAHAAN CONSUMER GOOD BRANDED UNTUK WILAYAH JAKARTA BARAT & JAKARTA TIMUR

1. SALES SPV
2. SALESMAN / MDS / SPG
3. ADM SALES / STAFF GUDANG
4. DRIVER / HELPER

Syarat :
- Pengalaman Min. 2 tahun, Menguasai DKI
- Memiliki Kendaraan
- Pendidikan Min. SMU.

CV dikirim ke PO BOX 1056 BANDUNG 40100
(2 minggu)

Bth Sgr Sales KTA,Insentif(45-60rb/1jt),unlimited income,min Lulus SMU/sdrjt,usia 18-35th, Intrvw Lsg Tine-021-97510957

Dbthkan Marketing Kurir(Pria)/ Penglmn,Min SMA, Sgra bwa lmrn Ke"ABSKurir"Jl Ampera Raya7-8,Jks°7817411/7817319

Dicari Tenaga Sales Makanan, Horeca/Retail untuk PT Kairos. Hubungi: 390 1217.

Prsh Perctkan di Jak-Ut bth sgr: Marketing Prcetakan,P/W,pglm min.3th,pny planning kedpnnya, max.45th.Stevant,02193797977

Spg & Spb tetap u/toko sepeda p/wnt, peng, min. 2th,dom.sktr Jak-Sel,bawa lmr lsg ke:Toko Bikestation, STC Senayan LG32-34,Jl.Asia Afrika Email: dhi@cbn.net.id

SPG/SPB, D3, menarik, pglmn, alamat Jl. Teuku Nyak Arief no.11-12, simprug / Email : johanna@emax.co.id

---

Masa depan terbaik Anda, komitmen kami

PT AXA Mandiri Financial Services (AXA Mandiri) merupakan perusahaan patungan antara PT Bank Mandiri (Persero) Tbk dan AXA Group. AXA Mandiri didukung oleh lebih dari 1.800 Financial Advisor yang ditempatkan di cabang-cabang Bank Mandiri dan Bank Syariah Mandiri untuk melayani nasabah di seluruh Indonesia. Kami mengajak Anda para profesional muda untuk bergabung bersama AXA Mandiri sebagai:

1. FINANCIAL ADVISOR (FA)
2. FINANCIAL ADVISOR SYARIAH (FA-S)

Untuk penempatan di bank Mandiri dan Bank Syariah Mandiri di seluruh wilayah Jabodetabek

Persyaratan:
Pendidikan minimal DIII (FA) dan berpenampilan menarik •

AXA Mandiri berkomitmen menciptakan tempat kerja terbaik untuk **mengembangkan karir** sekaligus mendapatkan **paket remunerasi yang menarik, bonus tidak terbatas, perjalanan ke luar negeri** serta ***training* bersertifikat** dan berkelanjutan dari AXA Mandiri Bancassurance Academy (*Bancassurance Academy pertama di Asia Tenggara*)

Walk in interview
Senin - Jumat, 6 -10 Agustus 2012
Pukul 09.00 - 11.00 WIB
Pukul 13.00 - 15.00 WIB
Harap membawa CV, fotocopy KTP, ijazah, surat referensi dari perusahaan sebelumnya (bila ada), 1 lembar pas foto terbaru ukuran 4 x 6 (berwarna)

PT AXA Mandiri Financial Services
Recruitment & Development Departement
AXA Tower lt. 8
Jl. Prof. Dr. Satrio Kav. 18, Kuningan City
Jakarta 12940, Indonesia
Tel : +62 21 3005 8888
Fax : +62 21 3005 8500
www.axa-mandiri.co.id/life

AXA mandiri
redefining / insurance

QUIKSILVER INDONESIA, PT.
The global leader in the boardriding lifestyle and fashion market is seeking talented and energetic persons to fill the following position:

SENIOR SALES REPRESENTATIVE
(Jakarta based)

Requirements :
1. Min. Diploma 3/Bachelor degree
2. Min. 3 years working experience in handling export, store and develop the store activities
4. Good English and computer literacy
5. Strong self motivation and commitment to achieve sales target
6. Jakarta based

Applicants should send a cover letter in English along with current CV to hrd@qaksilver.co.id

---

Walkininterview sales bhn bang unan,syrtmin2th,memiliki Sim C &Mtr.Bawa CV Hari Rabu 8-08-2012 Jam13.00ke:Mulia Sekata, Jl.Meruya Utara No.99 Jakbar

SEKRETARIS

Bth Sekr,Wnt,Max 25,D3 Sekr, B.Inggrs, Komunikatif, Jkt Brt, Krm ke karir@cwsb.co.id

Gnrl Mgr Scrtry Min25th,D3 Sec Exp.2th kmnktf,gd look,eng)±7jt sms nama,posisi 082110312188

TEKNIK PRODUKSI

Dibutuhkan Tenaga Teknik Sipil Pengalaman 1Th,Srt Lamaran Ditujukan ke:sipil21@yahoo.com

Elec Eng, Mech Eng & Site Spv, S1/ fresh-2y exp/english/team work/fast learner/thorough, send CV to Jl. Arjuna no. 35 Jkt 11480

JOB VACANCY

A well known Radio Station based in Jakarta is seeking the following candidates for the following positions:

ACCOUNT MANAGER (AM)
- S1 Degree, majoring in Marketing.
- Has experience at least 5 years in sales.
- Has the ability to motivate and lead a team.

ACCOUNT SUPERVISOR (AS)
- S1 Degree, majoring in Marketing.
- Has experience at least 3 years in sales.
- Has the ability to motivate and lead a team.

ACCOUNT EXECUTIVE (AE)
- S1 Degree, majoring in Marketing.
- Has experience at least 1 year in sales.
- Has the ability to work independently and with a team.

General requirements for all position:
Outgoing and like to meet people.
Has the ability to communicate well.
Has knowledge in:
- MS Office (Microsoft Word, Excel, PowerPoint)
- Marketing and Advertising industry
Result driven
Ability to manage small and big projects
Ability to generate report

Please email your application and resume along with your recent photograph to:
hrd@indika.co.id
Closing date for submission is 15 August 2012.

URGENTLY NEEDED

An established Oil Company in Jakarta is looking for highly qualified professionals for the positions of: **Quality Engineer**. The position will be located in the Lamongan area, and the selected individual will work on a 28 days on, and 28 days of working schedule.

Requirements:
- Engineering degree or equivalent from an accredited and recognized university or college
- In depth knowledge of D & C Equipment.
- Excellent knowledge of NDE Equipment, Maintenance & application as it pertains to D&C Equipment.
- ASNT Level II Certification is required.
- Understand the operation of a make-up unit, & must be able to read torque-turn graphs.
- In depth knowledge of Industry Standards; API 6A, API 5CT, API 5B, API 16A, API 5DP, API Spec 7, API 5L, API RP 7G, T.H. Hill DS-1 Drill Stem Inspection...etc.
- Critical aptitude and the ability to analyze processes quickly, methodically and effectively.
- Excellent English knowledge.
- Good interpersonal skills with the strong ability to conceptualize complex issues and requirements.
- Excellent computer skills– Working knowledge of database mngmnt systems as well as, Word, Excel and PowerPoint

We look forward to meeting you. Please send us a full CV with contact number(s), and a recent photograph to: yosie@carana.co.id
We regret that only short listed candidates will be notified

Are you ready to be our FUTURE LEADER?
Join us as our

MANAGEMENT TRAINEE

We are a leading and rapidly growing Multinational Dairy Company.
We challenge you to grow with us.
We are NOT looking for the Exceptional.
WE ARE LOOKING FOR someone who is BRAVE, INNOVATIVE, and SMART to take up the challenges.

IF YOU ARE :
fresh graduates from Bachelor or Master degree with GPA 3.0 and above or
having up to 2 years of working experiences.
not more than 28 years of age.
fluent in English;
then maybe

YOU ARE OUR FUTURE LEADER,
FRISIAN FLAG INDONESIA'S Change Agent

Please fill in your data at our website within 10 days
http://www.frisianflag.com/karir

CommonwealthBank

Job Vacancy

Commonwealth Bank Indonesia (S&P AAA rated) is a subsidiary of Commonwealth Bank of Australia (CBA) Group, a top 10 largest bank in the world based on market capitalization and 12 safest bank in the world (Global Finance).

In Indonesia, we are accessible through 92 branches in 33 cities, 41,000 ATM network (via ATM Bersama & Prima/BCA), Internet Banking and award winning Mobile Banking application.
We are growing rapidly and currently looking for dynamic, self-motivated and dedicated individuals to be part of our team, in the following areas.

F-01
Finance Business Analyst
Sr. Manager
Support analysis on downstream impact application under Finance (SUGL, PSAK, Regulatory, Data Warehouse, and MIS Reporting).

F-03
Finance Project Control
Manager
Maintain general ledger to ensure operational integrity and full reconciliation of transactional systems to the general ledger, develop/monitor timely and accurately submission of financial performance and payment of bank's expenditures.

F-05
Finance Group Reporting Control
Manager
Responsible for the coordination of forecasting and budgeting across all divisions of the Bank. Provides a single point of contact for PTBC management team. The role is particularly important as it ensures analysis, integrity and consistency across divisions.

F-07
Financial Regulatory Reporting
Assistant Manager
To prepare regulatory reporting for the bank ensuring compliance with all regulatory and statutory reporting requirements with Bank Indonesia.

F-10
Account Payable
Officer
Process payments on time as scheduled including checking the completeness of approval/supporting documents and input journal transactions into the system properly.

Requirement:
- Minimum of 5-7 years of experience in banking-finance (F01 –F05); or 1-3 years equivalently (F06 – F10);
- Holds bachelor degree from Accounting or Finance, preferably from prominent university;
- Strong analytical and interpersonal skill, with proven track record in finance;
- Solid background in finance & accounting combined with high intellectual ability;
- Ability to work unsupervised with high level of self-motivation
- Fluent in English, both verbally and written.

Kindly enclosed your CV and resume with a recent colored photograph through email to **databank@commbank.co.id** no later than **August 18, 2012** and please put code of position on your email's subject.

Only the shortlisted will be contacted.

Kami Group Perusahaan Perkebunan yang sedang berkembang, membutuhkan beberapa orang Profesional-Profesional Muda di bidang Survey, Pemetaan, GIS, Askep, Asistant Kebun & Mandor untuk ditempatkan di Kabupaten Musi Rawas Propinsi Sumatera Selatan, dengan spesifikasi :

1. Askep
2. Surveyor
3. Staff GIS
4. Asisstant
5. Mandor Kebun

Lamaran di kirim melalui Pos ke: **PO.BOX 150 Lubuklinggau Kab. Musi Rawas Provinsi Sumatera Selatan.**

INDOLIFE — KESEMPATAN BERKARIR

Call Center Executive (CCE)

HRD Manager
PT. INDOLIFE PENSIONTAMA
Jakarta 10310

URGENTLY NEEDED

1. ARCHITECT (S1/D3)
2. INTERIOR DESIGNER (S1/D3)
3. CIVIL ENGINEER (S1/D3)

Requirements as below:
- Minimum 5 years experience in Architecture Consultants/ Contractor.
- Understand Technical Drawing And Detail.
- Can Operate Autocad, 3D Max, Sketchup, V Ray.

Please send your CV/Resume/ Expected Salary to:
JD-Homest, Jl.Pulomas Raya No.9, Villa Sarimas, Jakarta Timur 13210
Email: jdhomest@yahoo.com

LOWONGAN

Perusahaan berkembang dibidang Plastic CPP/ Pe Film membutuhkan :

1. MANAGER PRODUKSI (MP)
2. MAINTENANCE SPV (MS)
3. SALES MARKETING (SM)

Lamaran dan CV kirim ke hectorsamudera@gmail.com

DICARI MANAGER SPA DAN KASIR Khusus IBU & ANAK:
- Wanita
- Usia max 30 tahun
- Pnddkan min SLTA/sederajat
- Tinggi & berat badan proposional
- Pengalaman sebagai Beauty Advisor min 1 tahun
- Bersedia ditempatkan di Cibubur

Silahkan kirim CV lengkap dan Pas Photo terbaru ke:
PT. WAHANA PUTRI ORGANIZER
Jl. Jelita Utara No. 21-B
Rawamangun Jkt Timur 13220

PT. Cyrus International Indonesia
Membutuhkan

Posisi :
1. Art Designer / Drafter Manual
2. Salesman

Syarat 2 :

KARIER | Manajemen Waktu

Bekerja Efektif

SHUTTERSTOCK

BAGI sebagian pekerja, akhir pekan yang semestinya dipakai untuk beristirahat menjadi waktu untuk menyelesaikan pekerjaan yang tertunda. Alhasil, rasa bosan dan stres kerap menghinggapi para pekerja ini. Siapa pun tentu tak ingin menghadapi hal tersebut. Oleh karena itu, manajemen waktu menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan. Berikut ini beberapa cara yang dapat diaplikasikan agar Anda bisa bekerja dengan lebih efektif.

1. Gunakan agenda untuk mencatat segala kesibukan. Meski tampak sepele, hal ini dapat membantu untuk lebih memastikan tidak ada tugas tercecer yang malah dapat menambah beban kerja. Jika merasa tidak nyaman dengan buku, perangkat teknologi seperti ponsel dapat digunakan atau bisa juga dengan layanan-layanan *online* yang dapat diakses kapan pun dan dari mana pun.

2. Buat skala prioritas dan tulis dalam secarik kertas. Langkah ini dimaksudkan agar proses bekerja menjadi lebih sistematis dan mencegah tugas yang terlupa. Sebelum membuat skala tersebut, Anda bisa membuat semacam matriks untuk mengategorikan tugas tersebut, apakah tugas itu penting dan mendesak, penting tetapi tidak mendesak, tidak penting tetapi mendesak, atau tidak penting dan tidak mendesak. Misalnya, membersihkan meja agar berkas-berkas menjadi rapi adalah hal yang penting, tetapi tidak mendesak.

3. Tentukan waktu terbaik yang Anda bisa berkonsentrasi penuh saat mengerjakan tugas-tugas kantor, misalnya dari pukul 08.00-11.00 dan pukul 14.00-17.00. Setelah menentukan waktu terbaik tadi, usahakan Anda mengoptimalkan saat-saat tersebut dengan menghindari segala sesuatu yang dapat memecah konsentrasi, seperti telepon, *chatting*, atau memeriksa *e-mail* yang tidak perlu.

4. Gunakan waktu istirahat dengan maksimal dengan menikmati udara di luar. Hal ini dimaksudkan agar pikiran Anda kembali segar, semangat, dan produktif dalam bekerja. [ASP]